

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Perawat Rumah Sakit X memiliki tingkat pemaafan tinggi dan stres kerja yang sedang. Tingkat stres kerja yang dimiliki oleh perawat dapat dijelaskan oleh pemaafan yang dimiliki oleh perawat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa pemaafan berkaitan dengan tingkat stres kerja yang dimiliki oleh perawat. Perawat yang memiliki pemaafan yang tinggi akan memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Tingginya pemaafan yang dimiliki perawat generasi Y yang menjadi responden penelitian kali ini, diharapkan mampu terus diterapkan pada setiap kalangan perawat sehingga tercipta lingkungan kerja yang sehat.

B. Saran

1. Bagi Instansi

Bagi instansi sebaiknya juga memperhatikan kesejahteraan psikologi dari para perawat. Stres kerja yang dialami perawat, terutama perawat yang baru dapat menghambat kinerja perawat itu sendiri. Perlu adanya kesadaran dari instansi bahwa stres kerja memiliki dampak yang merugikan bagi perawat itu sendiri, pasien hingga rumah sakit.

2. Bagi Perawat

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa stres kerja dapat menghambat aktifitas dari seseorang terlebih apabila di tempat kerja. Oleh karenanya pemaafan perlu dimiliki oleh setiap individu untuk menurunkan tekanan yang ada dalam diri. pemaafan dapat membantu menetralsir pikiran seseorang sehingga dapat merubah hal-hal negatif menjadi hal-hal positif.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mendampingi responden dalam proses penelitian. Selain itu, perlu diteliti lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain penyebab stres kerja seperti kondisi lingkungan sekitar, dukungan sosial, regulasi diri, serta kemampuan memaafkan diri apabila telah melakukan kesalahan khususnya untuk para generasi Y. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu lebih fokus dalam mengembangkan penelitian berdasarkan penelitian tambahan seperti adanya faktor yang mempengaruhi stres kerja yaitu jenis kelamin, usia, dan masa kerja.