

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pengolahan deskriptif, analisis, interpretasi data dan pengolahan data statistik yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Dukungan Sosial (*Social Support*) adalah bantuan bermanfaat yang diberikan oleh individu berupa dukungan instrumental (*Instrumental Support*), dukungan emosional (*Emotional Support*), dukungan informasional (*Informational Support*) dan dukungan penghargaan (*Appraisal Support*).
2. Kejenuhan Kerja (*Burnout*) adalah kondisi dimana individu merasa kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*) dan penurunan pencapaian pribadi (*decreased personal accomplishment*) yang biasa dialami oleh pekerja profesi.
3. Hasil perhitungan kuesioner menunjukkan bahwa Kejenuhan Kerja (*Burnout*) yang dialami oleh perawat paling tinggi ditunjukkan melalui dimensi pencapaian pribadi sebesar 34,62%.
4. Pengujian hipotesis menghasilkan kesimpulan adanya hubungan negatif yang signifikan antara Dukungan Sosial (*Social Support*) dengan Kejenuhan Kerja (*Burnout*). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial (*social support*), maka akan semakin rendah kejenuhan kerja (*burnout*). Sebaliknya, semakin rendah

dukungan sosial (*social support*) maka akan semakin tinggi kejenuhan kerja (*burnout*).

5. Berdasarkan uji statistik yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dengan persamaan regresi  $\hat{Y} = 112,32 - 0,493X$ . Persamaan regresi ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu skor Dukungan Sosial (X) dapat menyebabkan penurunan Kejenuhan Kerja (Y) sebesar 0,493 pada konstanta 112,32. Model regresi yang didapatkan merupakan regresi linear dan signifikan.
6. Berdasarkan uji koefisien determinasi dapat disimpulkan bahwa variasi Kejenuhan Kerja pada perawat ditentukan oleh Dukungan Sosial sebesar 25,97% dan sisanya sebesar 74,03% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti.

## **B. Implikasi**

Implikasi yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian adalah terdapat hubungan negatif antara Dukungan Sosial (*Social Support*) dengan Kejenuhan Kerja (*Burnout*) pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. Hal ini menegaskan bahwa Dukungan Sosial (*Social Support*) merupakan faktor yang dapat menentukan tinggi rendahnya tingkat Kejenuhan Kerja (*Burnout*) pada perawat.

Berdasarkan rata-rata hitung skor dimensi dominan Kejenuhan Kerja, didapat dimensi pencapaian pribadi merupakan dimensi yang paling dominan. Apabila perawat mengalami Kejenuhan Kerja maka akan terlihat pada pencapaian

pribadinya. Untuk itu hendaknya perawat dapat lebih meningkatkan pencapaian pribadinya agar Kejenuhan Kerja yang dialaminya semakin rendah. Sedangkan berdasarkan rata-rata hitung skor indikator Dukungan Sosial, didapat indikator dukungan instrumental merupakan indikator yang paling dominan. Dukungan Sosial antar rekan kerja terlihat pada dukungan instrumentalnya, yaitu pada bantuan yang diberikan antar rekan kerja.

Dukungan Sosial tidak sepenuhnya dapat menentukan tingkat Kejenuhan Kerja pada perawat dalam bekerja karena masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi Kejenuhan Kerja, seperti konsep diri, motivasi kerja, tuntutan tugas, konflik peran dan konflik interpersonal.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan serta implikasi di atas, maka peneliti menyampaikan saran-saran kepada Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta yaitu:

1. Hendaknya Dukungan Sosial (*Social Support*) diperhatikan khususnya Dukungan Penghargaan antar rekan kerja. Dukungan Penghargaan tersebut, yaitu dalam bentuk rasa hormat dan persetujuan antar rekan kerja. Rasa hormat yang dapat diberikan, seperti menghargai rekan kerja atas hasil kerja yang dilakukannya, tidak pernah mencela hasil usaha rekan kerja dan memberikan pujian atas prestasi baik yang didapatkan oleh rekan kerja. Sedangkan persetujuan, seperti menyetujui ide baik yang diberikan oleh rekan kerja dan mengikuti pendapat baik yang rekan kerja berikan.

2. Hendaknya Kejenuhan Kerja (*Burnout*) diperhatikan khususnya pada pencapaian pribadi, karena hal tersebutlah yang paling dominan dalam mempengaruhi tingkat Kejenuhan Kerja (*Burnout*) pada perawat. Pencapaian pribadi tersebut, seperti dalam menangani masalah secara efektif, dapat menciptakan suasana kerja yang relaks, menangani masalah-masalah emosional dengan tenang dan bersemangat dalam bekerja. Untuk itu hendaknya perawat dapat lebih meningkatkan pencapaian pribadinya agar Kejenuhan Kerja (*Burnout*) yang dialaminya semakin rendah.
3. Dalam mengurangi tingkat Kejenuhan Kerja (*Burnout*), pihak Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta juga dapat membuat suatu program relaksasi secara berkesinambungan, seperti program liburan antar perawat. Hal tersebut dapat membuat perawat merasa diperhatikan oleh pihak rumah sakit dimana mereka bekerja serta membuat hubungan antar rekan kerja lebih erat lagi, karena program liburan tersebut dapat menciptakan suasana akrab antar rekan kerja.