

## **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. Self-Esteem (harga diri) adalah tingkat menyukai atau tidak menyukai diri sendiri dan tingkat sampaimana individu menganggap diri mereka berharga atau tidak berharga sebagai seorang manusia,
2. Burnout adalah suatu proses psikologis yang dibawa oleh stress kerja yang takhenti-hentinya, yang mengakibatkan kelelahan emosional, depersonalisasi dan perasaan prestasi menurun.
3. Berdasarkan uji persyaratan analisis dengan uji normalitas galat taksiran, membuktikan bahwa galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal. Sedangkan berdasarkan perhitungan uji kelinieran regresi disimpulkan bahwa model persamaan regresi berarti, sehingga model regresi  $\hat{Y}$  merupakan model regresi linier. Dengan uji keberartian regresi diketahui bahwa persamaan regresi yang diperoleh berarti (signifikan).
4. Dari hasil perhitungan koefisien korelasi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negative antara *Self-esteem* (variable X) dengan *burnout* (variable Y).

## **B. Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas, harga diri (*self-esteem*) mempengaruhi *burnout* pada perawat Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih. Dengan demikian implikasi yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian adalah:

1. *Burnout* sebagai suatu bentuk reaksi stress kerja yang spesifik pada orang-orang yang bekerja dalam bidang pelayanan sosial sebagai hasil dari tuntutan emosional dalam hubungan antara pekerja dengan orang-orang yang harus dilayani. *Burnout* ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan kerja. Rumah sakit sebisa mungkin membuat lingkungan kerja yang kondusif agar perawat dapat bekerja dengan baik. Selain itu rumah sakit perlu melihat beban kerja yang diberikan sesuai tidak dengan kemampuan perawat.
2. Dapat dilihat bahwa harga diri (*self-esteem*) cukup mempengaruhi *burnout* pada perawat. Perawat tidak menyukai dirinya sendiri dikarenakan adanya konflik interpersonal dengan rekan kerjanya yang membuat perawat tersebut tidak percaya diri. Hal ini membuat perawat mengalami penurunan dalam kompetensi bekerja. Untuk mengatasi hal tersebut mereka dapat melakukan diskusi dengan rekan kerja, saling berbagi ilmu dan terutama menyelesaikan konflik dengan rekan kerjanya, sehingga perawat tersebut dapat membangun percaya dirinya kembali.

Dengan penelitian yang dilakukan, bahwa penelitian tentang hubungan antara harga diri (*self-esteem*) dengan *burnout* dapat dilakukan ditempat lain. Namun

hasil dari penelitian yang akan dilakukan selanjutnya belum tentu sama dengan hasil penelitian saat ini.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ada beberapa saran yang dapat dikemukakan sebagai bahan masukan yang bermanfaat untuk Rumah Sakit dalam rangka mengurangi tingkat *burnout* pada perawat adalah sebagai berikut:

1. Bagi rumah sakit diharapkan dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih baik agar para perawat merasa nyaman dalam bekerja sehingga mampu mengurangi rasa *burnout* (kejenuhan kerja) dalam bekerja.
2. Perlunya membuat suatu program relaksasi secara berkesinambungan untuk mengurangi tingkat *burnout* (kejenuhan kerja) pada perawat.
3. Hendaknya Rumah Sakit lebih memperhatikan kendala-kendala apa saja yang dialami oleh perawat sehingga menyebabkan *burnout* (kejenuhan kerja).