

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara beban kerja dengan *burnout* pada perawat Rumah Sakit Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan. Semakin tinggi beban kerja yang diterima maka semakin tinggi *burnout*. Dan sebaliknya, semakin rendah beban kerja yang diterima maka semakin rendah *burnout*. Bahwa nilai koefisien korelasi beban kerja dengan *burnout* versi menurut *Deviation from Linierity* adalah 0,670. Nilai signifikansi $0,670 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan antara beban kerja dengan *burnout*.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah peneliti lakukan, maka peneliti menyarankan beberapa hal yang ditunjukkan kepada pihak-pihak terkait, diantaranya sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Bagi perawat di Rumah Sakit Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan, peneliti memiliki saran sebagai berikut :

1. Peneliti menyarankan agar perawat dapat menyadari beban kerja yang diterima dan mencintai serta menikmati pekerjaannya supaya tidak mengalami *burnout*.
2. Bagi perawat yang merasakan tanda-tanda *burnout* sebaiknya mengadakan hal tersebut kepada atasan agar mendapatkan solusi yang baik untuk kelanjutan dalam upaya mencegah ataupun menghilangkan *burnout* yang sudah terlanjur dirasakan oleh perawat.

5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Adapun saran bagi Rumah Sakit Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan adalah sebagai berikut :

1. Lebih mendengarkan keluhan-keluhan yang dirasakan oleh perawat.
2. Melakukan *refreshing* bagi semua perawat dengan bergantian seperti melakukan jalan-jalan atau *traveling*.
3. Mengatur ulang beban kerja yang diberikan kepada perawat agar tidak membebani perawat sehingga mencegah terjadinya *burnout*.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang hubungan beban kerja dengan *burnout* diharapkan agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Sebaiknya butir pertanyaan tidak terlalu banyak sehingga perawat dapat mengisi dengan baik.
2. Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya *burnout*, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor lain agar dapat diketahui faktor mana yang lebih dominan mempengaruhi terjadinya *burnout*.
3. Peneliti selanjutnya sebaiknya menambah jumlah responden yang akan diteliti, sehingga dapat diketahui pekerjaan apa saja yang berisiko menimbulkan *burnout*, sehingga dapat *burnout* tersebut dapat dicegah sedini mungkin.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiatma, W &Christianto L. P. (2019). *Suara Psikologi Untuk Insan Indonesia*. Jakarta: Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Alhamdu. (2016). *Psikologi Eksperimen*. Palembang : NoerFikri.
- Alhamdu. (2017). *Konstruksi Tes*. Palembang : NoerFikri.
- Andriansyah, H & Sahrah, A. (2014). Hubungan *Bullying* dengan *Burnout* Pada Karyawan. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, Vol. 9, No.2 137-150.
- Ardhanty, R V D. (2017). Skripsi. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Beban Kerja dengan *Burnout Syndrome* Pada Perawat. Fakultas Psikologi. Dipublikasikan.
- Azeem, S. (2010). Personality Hardiness, Job Job Involvement and Job Burnout Among Teachers. *International Journal of Vocation and Technical Education*, Vol.2, No.3.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Faundez, V. E. O., Monte, P. R. G., Mena, L., Wilke, C. J. & Ferraz, H. F.(2014). Relationships Between Burnout And Role Ambiguity, Role Conflict, And Employee Absenteeism Among Health Workers. *Terapia Psicologia*, Vol. 32, 111-120.
- Habibah, D. Y. & Lubis, R. (2015). Hubungan Antara Kualitas Kehidupan Kerja Dengan Burnout Syndrome Pada Karyawan PT. Surya Alam Permai. *Psikologia*, Vol.10, No.3,78-86.
- Hamka. (2015). *Tafsir Al-Azhar :Jilid 9*. Jakarta : Gema Insani.
<http://rs-erba.go.id/data-profil-rs-ernaldi-bahar/tupoksi>.
<http://rs-erba.go.id/data-profil-rs-ernaldi-bahar/visi-dan-misi>.
- Katsir, I. (2004). *Tafsir Ibnu Katsir*. Bogor : Pustaka Imam Syafi'i.
- Koesoema, D. (2018). *Pendidik Karakter Di Zaman Keblinger*. Bandung : Grasindo.

- Manktelow, J. (2007). *Worklife Mengendalikan Stres*. Jakarta : Erlangga (Diterjemahkan).
- Maslach, C. (2003). *Burnout : The Cost Of Caring*. Cambridge, MA: Malor Books.
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri Dan Organisasi*. Jakarta : Universitas Indonesia (UIPress).
- Perry, A. G. & Potter, P.A. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta : EGC.
- Prescott, R. K. (2012). *The Encyclopedia Of Human Resource Management*. San Francisco : Pfeiffer.
- Procter A. & Procter E. (1988). *The Essential Guide To Burnout Overcoming Excess Stress*. Inggris : Singa Books.
- Reza, I. F. (2016). *Metodelogi Penelitian Psikologi : Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi*. Palembang : NoerFikri.
- Reza, I. F. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi : Memahami Manusia Secara Empiris*. Palembang : NoerFikri Offset.
- Rizka, Z. (2013). Sikap Terhadap Perkembangan Karir Dengan *Burnout* Pada Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 01, No.02, ISSN : 2301-8267, 260-272.
- Saleh, M. L. (2018). *Man Behind The Scene Aviation Safety*. Yogyakarta : CV Budi Utama.
- Sari, N. L. P. D. Y. (2014). Hubungan Beban Kerja Terhadap *Burnout Syndrome* Pada Perawat Pelaksana Ruang Intermediet RSUP Sanglah. *Jurnal Dunia Kesehatan*, Vol.5 No.2, 87-92.
- Sari, N. L. P. D. Y. (2015). Hubungan Beban Kerja, Faktor Demografi, *Locus Of Control*, Dan Harga Diri Terhadap *Burnout Syndrome* Pada Perawat Pelaksana IRD RSUP Sanglah. *Coping NersJournal*, Vol.3, No.2, 51-60.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Suma'mur. (1987). *Hiperkes Keselamatan Kerja Dan Ergonomi*. Jakarta : BP. Dharma Bhakti.