

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan penjelasan maka dapat ditarik kesimpulan:

1. *Shift* kerja tidak tetap sebanyak 30 responden (61,2%) dan responden yang *shift* kerjanya tetap sebanyak 19 responden (38,8,%).
2. Tingkat stress ringan dan sedang, yaitu sebanyak 22 responden (44.9%), dan responden yang mengalami tingkat stres berat adalah 27 (55.1%).
3. Ada hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan stres kerja pada perawat Di Ruang Interna RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo dengan nilai *P Value*= 0.041

5.2 Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan/Perawat

Perawat diharapkan dapat mengikuti pendidikan tentang manajemen stres secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri. Sehingga dapat menyeimbangi tuntutan pekerjaan yang semakin tinggi setiap waktunya.

2. Bagi Instalasi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam menerapkan pengetahuan tentang hubungan *shift* kerja dengan stress kerja pada perawat di RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian lebih lanjut pada perawat tentang hubungan *shift* kerja dengan stress kerja pada perawat.