

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari 15 jurnal yang direview menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menemukan adanya hubungan negatif antara beban kerja dan kinerja perawat di rumah sakit. Semakin tinggi beban kerja yang diterima perawat, maka semakin menurun kinerja perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan. Beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental, stres kerja, burnout, penurunan konsentrasi, serta menurunnya kualitas pelayanan keperawatan. Dimensi beban kerja mental menjadi faktor yang paling dominan mempengaruhi kinerja perawat dibandingkan beban kerja fisik. Selain itu, hubungan antara beban kerja dan kinerja perawat juga dipengaruhi oleh berbagai faktor mediasi dan moderasi seperti stres kerja, burnout, kepuasan kerja, dukungan organisasi, dan kepemimpinan. Faktor situasional dan struktural seperti jumlah pasien, sistem shift, lingkungan kerja, serta rasio perawat dan pasien turut memperkuat hubungan tersebut. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan hubungan positif maupun tidak signifikan, yang menandakan bahwa hubungan beban kerja dan kinerja perawat bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh kondisi organisasi serta sistem manajemen rumah sakit.

B. Saran

1. Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat meningkatkan pembelajaran terkait manajemen beban kerja, manajemen stres, serta penguatan kemampuan coping dan resiliensi pada mahasiswa keperawatan sejak tahap pendidikan akademik maupun profesi. Selain itu, institusi pendidikan perlu memperkuat kompetensi mahasiswa dalam keterampilan klinis, manajemen waktu,

komunikasi terapeutik, dan kemampuan bekerja dalam tim agar mahasiswa lebih siap menghadapi tuntutan kerja di rumah sakit. Institusi pendidikan juga diharapkan dapat menjalin kerja sama yang lebih optimal dengan rumah sakit pendidikan untuk menciptakan lingkungan praktik klinik yang mendukung pengembangan profesionalisme dan kesiapan kerja perawat dalam menghadapi beban kerja di pelayanan Kesehatan

2. Rumah sakit

Rumah sakit diharapkan dapat melakukan pengelolaan beban kerja perawat secara optimal melalui penyesuaian rasio perawat dan pasien, pengaturan jadwal kerja yang efektif, serta pemerataan pembagian tugas sesuai kompetensi perawat. Selain itu, rumah sakit perlu meningkatkan dukungan organisasi melalui supervisi yang baik, penyediaan lingkungan kerja yang kondusif, serta program manajemen stres dan pencegahan burnout untuk menjaga kesehatan fisik dan mental perawat. Rumah sakit juga diharapkan dapat meningkatkan kualitas komunikasi dan kerja sama antar tenaga kesehatan guna menciptakan pelayanan keperawatan yang lebih efektif dan berkualitas. Dengan pengelolaan beban kerja yang baik, diharapkan kinerja perawat dan mutu pelayanan kesehatan di rumah sakit dapat meningkat secara optimal.

3. Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam mengelola beban kerja melalui penerapan manajemen waktu, komunikasi yang efektif, serta strategi coping terhadap stres kerja. Perawat juga perlu menjaga kondisi fisik dan psikologis agar tetap mampu memberikan pelayanan keperawatan secara optimal. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kerja sama tim, saling memberikan dukungan antar rekan kerja, serta

aktif berpartisipasi dalam pelatihan atau pengembangan kompetensi untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Dengan kemampuan pengelolaan beban kerja yang baik, diharapkan kinerja perawat dan keselamatan pasien dapat terjaga secara optimal.

4. Peneliti

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai hubungan beban kerja terhadap kinerja perawat dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti longitudinal atau experimental study, sehingga dapat menggambarkan hubungan sebab akibat secara lebih mendalam. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti burnout, kepuasan kerja, motivasi kerja, dukungan organisasi, dan lingkungan kerja sebagai faktor mediasi maupun moderasi yang dapat mempengaruhi kinerja perawat. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan rumah sakit yang lebih luas agar hasil penelitian lebih representatif dan dapat digeneralisasikan.