

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara resiliensi dengan distres psikologis perawat. Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan yang dapat diambil ialah bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dengan distres psikologis perawat di rumah sakit X.

5.2 Implikasi

Penelitian ini memiliki implikasi pada pengembangan kajian psikologi. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, memberikan informasi mengenai hubungan antara resiliensi dengan distres psikologis perawat di rumah sakit X. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk para perawat agar dapat memperhatikan stres psikologis yang dialami saat menjalankan tugas sebagai perawat dan memiliki resiliensi diri untuk dapat bertahan dalam menangani masa sulit dalam pekerjaan.

5.3 Saran

5.3.1 Kepada Perawat

Dengan hasil penelitian ini, perawat diharapkan agar membangun ketahanan diri/ resiliensi pada diri guna menanggulangi distres psikologis yang hadir sebagai dampak beban kerja yang dialami perawat.

5.3.2 Kepada Rumah Sakit

Dengan hasil penelitian ini, diharapkan bagi rumah sakit agar terus memperhatikan kondisi perawat dari paparan-paparan yang dapat membuat perawat memunculkan stres, juga pihak rumah sakit dapat melakukan training dalam membangun resiliensi diri sebagai pemulihan dalam menghadapi distres psikologis.

5.3.3 Peneliti Selanjutnya

Dengan hasil penelitian ini, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengambil topik serupa namun dengan sampel yang lebih bervariasi. Peneliti selanjutnya diharapkan tidak hanya menggunakan resiliensi sebagai penawar distress psikologis, tetapi menggunakan variabel-variabel positif lainnya yang dapat menunjang distress psikologis.

