

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang didapatkan tentang hubungan masa kerja dan *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025 maka di dapatkan bahwa:

1. Sebanyak 60,6 % perawat mengalami kelelahan kerja di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025.
2. Sebanyak 51,5 % perawat mengalami masa kerja yang lama di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025.
3. Sebanyak 60,6% perawat mengalami *shift* kerja yang tidak berisiko di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025  $p\text{-value} = 0,014$ .
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Naili DBS Kota Padang Tahun 2025  $p\text{-value} = 0,003$ .

## **B. Saran**

### **1. Bagi Rumah Sakit**

Perawat diharapkan senantiasa menjaga kondisi fisik dan mental, terutama bagi yang memiliki masa kerja lama dan bekerja pada shift malam, dengan menerapkan manajemen waktu yang baik serta memastikan waktu istirahat yang cukup di luar jam kerja. Rumah sakit disarankan untuk meningkatkan semangat dan kegairahan kerja perawat melalui pemberian apresiasi atas kinerja, pelaksanaan rotasi tugas secara berkala untuk mengurangi kejenuhan, serta penyelenggaraan pelatihan dan pengembangan profesional secara rutin. Selain itu, penting bagi rumah sakit untuk menciptakan lingkungan kerja yang positif dan mendukung, menyediakan sarana dan prasarana yang memadai seperti ruang istirahat, area rehidrasi, dan fasilitas kerja yang ergonomis. Kegiatan seperti *family gathering* dan penguatan hubungan antar pegawai dapat dijadikan strategi tambahan untuk meningkatkan motivasi kerja, mengurangi stres, dan menjaga produktivitas perawat dalam jangka panjang.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan atau sumber bacaan bagi penelitian sejenis. Adanya pertimbangan untuk menambahkan variabel lain yang mungkin dapat mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat seperti variabel beban kerja, motivasi kerja, dan situasi kerja pada perawat.