

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah didapatkan tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang Tahun 2025, maka diperoleh kesimpulan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Sebanyak 48,4% perawat memiliki kelelahan kerja di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang tahun 2025.
2. Sebanyak 51,6% perawat yang memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang kelelahan kerja di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang tahun 2025.
3. Sebanyak 57,8% perawat yang memiliki masa kerja baru di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang tahun 2025.
4. Terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang 2025 *p-value* 0,006.
5. Terdapat hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Padang tahun 2025 *p-value* 0,000.

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit Bhayangkara

Rumah Sakit Bhayangkara diharapkan dapat meningkatkan perhatian terhadap kondisi kesehatan kerja perawat dengan menyusun program manajemen kelelahan yang terstruktur. Hal ini dapat diwujudkan melalui pengaturan jadwal kerja yang lebih proporsional, pemberian waktu istirahat yang cukup, serta pelatihan terkait manajemen stres dan ergonomi kerja. Dengan demikian, risiko kelelahan yang berimplikasi pada penurunan kualitas pelayanan dapat diminimalkan sehingga mutu pelayanan kesehatan kepada pasien tetap optimal.

2. Bagi Perawat Rumah Sakit Bhayangkara

Perawat diharapkan dapat lebih meningkatkan pengetahuan dan kesadaran terkait kelelahan kerja melalui partisipasi aktif dalam pelatihan maupun kegiatan edukasi kesehatan kerja yang diselenggarakan oleh rumah sakit. Selain itu, perawat juga perlu melakukan upaya mandiri untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, seperti menjaga pola istirahat, melakukan olahraga ringan, serta menerapkan teknik relaksasi. Dengan demikian, diharapkan perawat mampu mengurangi dampak negatif kelelahan kerja dan tetap memberikan pelayanan yang profesional.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas ruang lingkup penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kelelahan kerja, seperti beban kerja, kondisi lingkungan kerja, atau faktor psikososial. Selain itu, metode penelitian dapat dikembangkan dengan desain longitudinal agar mampu menggambarkan hubungan sebab-akibat secara lebih komprehensif. Hasil penelitian yang lebih mendalam diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah bagi pengembangan kebijakan kesehatan kerja yang lebih efektif di rumah sakit.