

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara Koping mekanisme dengan stress kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya.

Berdasarkan kaidah *correlations (Pearson Correlation)* jika signifikansi $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan jika signifikansi $p < 0,05$, maka H_0 ditolak (Muhid, 2010), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa bahwa nilai t hitung sebesar 0,913 $> 0,05$. Karena signifikansi $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan $p < 0,05$ berarti H_a diterima. Artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara koping mekanisme dengan stres kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan koping mekanisme dengan stres kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perawat yang berada di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya tidak memiliki perbedaan stres. Bahwasanya terdapat 19 orang perawat yang menggunakan jenis *active coping strategy* sebagai cara yang efektif untuk mengatasi stres kerja. Sedangkan yang lain menggunakan jenis *avoidance coping strategy*, dari hasil berikut dapat disimpulkan bahwa perawat di Rumah Sakit Jiwa Menur lebih cenderung menggunakan jenis *avoidance coping strategy* daripada *active coping strategy* dalam menghadapi stres kerja.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan tidak adanya perbedaan antara stres kerja yang dialami perawat Rumah Sakit Jiwa dengan jenis *strategy coping* yang dilakukan oleh perawat.

Koping mekanisme yaitu suatu cara menunjukkan pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh dengan tekanan. Dengan kata lain koping mekanisme merupakan proses dimana individu berusaha untuk menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Dibuktikan sebanyak 21 perawat ruang inap memilih menggunakan jenis *AvoidanceCopingStrategy*, perawat cenderung emosional, menarik diri, dan menjauhi permasalahan dengan menyibukkan diri pada aktivitas yang lain.

Sebanyak 19 orang perawat menggunakan jenis *ActiveCopingStrategy* yang diantaranya melihat sesuatu dari segi positifnya, cenderung realistis dan dengan meminta dukungan dari individu yang lain. Namun dari hasil uji hipotesis ternyata tidak ada perbedaan antara yang menggunakan *activecoping* dengan *avoidancecoping* dengan stres kerja yang dialami oleh perawat ruang inap di rumah sakit jiwa Menur Surabaya.

Ketika seseorang menjumpai *stressor* dalam lingkungannya, ada dua karakteristik pada *stressor* tersebut yang akan mempengaruhi reaksi terhadap *stressor* itu, yaitu:

1. Berapa lamanya (*durration*) ia harus menghadapi *stressor* itu
2. Berapa terduganya *stressor* itu (*predictability*) (Gunadi, 2007).

B. Saran

1. Bagi perawat yang berada di ruang inap Rumah Sakit Jiwa

Diharapkan dengan penelitian ini, perawat dapat menjalani aktifitas-aktifitas yang positif ketika berada di ruang inap Rumah Sakit Jiwa, lebih sering *sharing* dengan perawat yang lain , terutama perawat yang lebih berpengalaman agar dapat menjalani aktifitas dengan lebih baik. Serta dapat memperlakukan para pasien dengan baik. Para perawat di rumah sakit jiwa daripada menghindar , kenapa kita tidak menikmatinya saja. Justru ada begitu banyak aktivitas yang bermanfaat yang dapat kita lakukan ketika dalam ruang inap, sehingga stres dan pikiran yang tertekan bisa berganti menjadi dengan keceriaan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Mengingat penelitian ini jauh dari sempurna dan masih banyak kelemahan maka disarankan bagi peneliti selanjutnya hendaknya mempertimbangkan hal-hal sebagai berikut:

1. Perlu memperhatikan kondisi subjek penelitian dan juga lingkungannya agar dalam pengambilan data dari kondisi pribadi subjek dapat akurat.
2. Lebih memperluas wilayah penelitian
3. Penelusuran data yang lebih mendalam perlu dilakukan untuk memperoleh data yang lengkap dan akurat

4. Dalam pengambilan subjek hendaknya diperhatikan ruangan atau tempat responden yang sedang mengisi angket agar hasil yang didapat lebih baik.
5. Dalam membuat alat ukur haruslah mudah dipahami oleh subjek penelitian dan untuk menghindari kejenuhan ketika menjawab pernyataan dari peneliti.