

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis beban kerja mental dan fisik perawat yang menangani pasien Instalasi Gawat Darurat di RSUD Sidoarjo menggunakan metode SWAT dan CVL didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Beban Kerja Fisik dan Mental yang Terjadi.

- Metode SWAT

Nilai beban kerja mental pada perawat pasien IGD di RSUD Sidoarjo yaitu terdapat 9 aktivitas berkategori rendah (17%), 27 aktivitas berkategori sedang (50%), dan 18 aktivitas berkategori tinggi (33%). Dimensi yang paling berpengaruh terhadap nilai beban kerja mental perawat yang menangani pasien IGD di RSUD Sidoarjo adalah dimensi Time (60%).

- Metode CVL

Hasil pengukuran menunjukkan hasil tertinggi nadi istirahat yaitu dengan denyut permenit 80/menit, sedangkan hasil terendah nadi istirahat yaitu dengan denyut permenit 66/menit yang menunjukkan bahwa perawat tersebut memiliki tingkat kebugaran yang rendah. Beban kerja tertinggi menurut metode *Cardiovascular Load* (CVL) terdapat pada perawat nomer 7 atas nama Risma dengan persentase 33.

2. Terdapat beberapa usulan perbaikan yang bisa membantu perusahaan dalam mengatasi adanya beban kerja karyawan, yaitu:

- Perbaikan waktu istirahat dengan memberlakukan sistem istirahat pendek (white collar) selama 15 menit sebelum istirahat utama sekitar pukul 09.45 WIB dan 15 menit sebelum waktu kerja selesai pukul 15.00 WIB guna mengurangi dampak dari beban kerja yang ditandai dari denyut nadi yang meningkat dan mengurangi dampak dari kelelahan kerja karyawan.
- Memberikan asupan tambahan saat istirahat pendek berlangsung seperti kudapan, makanan ringan, susu, telur dan lain-lain, dengan ada asupan yang tercukupi berdampak pada kebugaran karyawan sehingga dapat turut mengurangi potensi kelelahan kerja pada karyawan.

5.2 Saran

Setelah melakukan penelitian, saran yang dapat diberikan sebagai bahan masukan dan pengembangan adalah:

1. Pihak RSUD Sidoarjo diharapkan untuk lebih memperhatikan kondisi beban kerja mental yang dirasakan oleh perawat yang menangani pasien Instalasi Gawat Darurat untuk setiap list pekerjaan yang digunakan sebagai acuan untuk manajemen sumber daya manusia.
2. Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai alat ukur bagi pihak RSUD Sidoarjo untuk mengetahui kondisi beban kerja mental perawat yang menangani pasien Instalasi Gawat Darurat.