

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapat hasil analisis dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Ditemukan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *work engagement* terhadap *burnout* pada perawat rawat inap RSI Jemursari. Hal tersebut berarti semakin tingginya tingkat keterlibatan kerja (*work engagement*), maka akan memengaruhi rendahnya tingkat *burnout*. Dalam implementasinya, berkurangnya sikap sinis terhadap pekerjaan pada perawat rawat inap di RSI Jemursari Surabaya ditunjukkan dengan kepedulian yang tinggi terhadap pekerjaan yang dilakukan, antara lain pemantauan perkembangan kondisi pasien, pemberian obat dalam terapi pasien, membantu proses persalinan, dan lain sebagainya.
2. Ditemukan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *work engagement* terhadap *avoidance coping*. Hal tersebut berarti semakin tingginya tingkat keterlibatan kerja (*work engagement*), maka akan memengaruhi rendahnya tingkat *avoidance coping*. Dalam implementasinya, berkurangnya tingkat *avoidance coping* ditunjukkan dengan kepedulian yang tinggi terhadap pekerjaan yang dilakukan, antara lain pemantauan perkembangan kondisi pasien, pemberian obat dalam terapi pasien, membantu proses persalinan, dan lain sebagainya.

3. Ditemukan adanya pengaruh positif yang sangat kuat dan signifikan antara *avoidance coping* terhadap *burnout*. Hal tersebut berarti semakin tingginya *avoidance coping*, maka akan memengaruhi tingginya tingkat *burnout*. Dalam implementasinya, meningkatnya tingkat *avoidance coping* atau strategi penghindaran ditunjukkan dengan adanya sikap sinis yang terhadap pekerjaan yang dilakukan, antara lain munculnya sikap yang kurang ramah dalam menghadapi komplain pasien atau menghadapi pasien yang tidak kooperatif selama proses penanganan medis. Hubungan ini menegaskan bahwa *avoidance coping* adalah strategi koping yang maladaptif dalam konteks keperawatan. Ketika perawat secara konsisten menghindari masalah, stresor tersebut tidak terselesaikan dan justru terakumulasi, yang secara perlahan menguras sumber daya emosional dan menyebabkan kelelahan kronis.
4. Ditemukan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *work engagement* dan *burnout* melalui peran mediasi *avoidance coping*. Hal tersebut berarti semakin tingginya tingkat keterlibatan kerja (*work engagement*), maka akan memengaruhi rendahnya tingkat *burnout* yang dimediasi oleh *avoidance coping*. Dalam implementasinya, berkurangnya sikap sinis terhadap pekerjaan pada perawat rawat inap di RSI Jemursari Surabaya ditunjukkan dengan kepedulian yang tinggi terhadap pekerjaan yang dilakukan melalui proses mediasi oleh *avoidance coping*.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, maka diajukan beberapa saran praktis bagi pihak manajemen Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya dan bagi profesi keperawatan secara umum:

1. Mengingat tingginya *work engagement* terbukti secara signifikan menurunkan *burnout*, disarankan agar manajemen secara proaktif menciptakan dan mempertahankan lingkungan kerja yang mendukung keterikatan perawat. Hal ini dapat diimplementasikan melalui program apresiasi dan pengakuan (*reward and recognition*) yang konsisten, penyediaan jalur pengembangan karier yang jelas, serta memastikan para pemimpin (kepala ruangan) memberikan dukungan dan umpan balik yang konstruktif untuk menjaga semangat dan dedikasi perawat.
2. Dikarenakan *work engagement* yang tinggi dapat menekan penggunaan *avoidance coping*, disarankan untuk membangun budaya kerja yang mendorong penyelesaian masalah secara terbuka. Manajemen dapat memfasilitasi forum diskusi rutin atau sesi *debriefing* di mana perawat merasa aman untuk menyuarakan tantangan atau kesulitan kerja tanpa takut dihakimi. Dengan demikian, perawat yang sangat *engaged* dapat menjadi agen perubahan yang menularkan perilaku koping proaktif kepada rekan-rekannya, dan mengurangi kecenderungan untuk menghindar dari masalah.
3. *Avoidance coping* adalah prediktor kuat yang meningkatkan *burnout*, sangat penting bagi rumah sakit untuk secara langsung mengatasi penggunaan strategi maladaptif ini. Disarankan untuk mengadakan lokakarya atau

pelatihan manajemen stres yang secara spesifik mengajarkan teknik-teknik koping yang sehat dan adaptif (seperti *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*). Pelatihan ini perlu menekankan risiko dari perilaku penghindaran dan memberikan alat praktis bagi perawat untuk menghadapi tekanan kerja secara konstruktif, terutama bagi mereka yang berada di tahap awal karier.

4. Berdasarkan temuan bahwa *avoidance coping* memediasi hubungan antara *work engagement* dan *burnout*, saran utamanya adalah merancang program kesejahteraan yang bersifat holistik dan terintegrasi. Artinya, intervensi tidak boleh berjalan sendiri-sendiri. Program peningkatan *engagement* harus dihubungkan dengan pelatihan koping. Contohnya, program mentorship dapat dibentuk di mana perawat senior yang memiliki *engagement* tinggi dapat membimbing perawat junior, tidak hanya dalam hal keterampilan klinis tetapi juga dalam cara mengelola stres secara efektif. Dengan menangani kedua aspek ini secara bersamaan—meningkatkan sumber daya positif (*engagement*) dan mengurangi perilaku negatif (*avoidance coping*)—rumah sakit dapat secara lebih efektif dan komprehensif mencegah terjadinya *burnout*.