

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian berupa analisis data dan pembahasan, maka peneliti menarik sebuah kesimpulan bahwa ada sebuah relasi atau hubungan yang negatif antara *burnout* dan kepribadian *hardiness*. Dari hal ini, kita bisa mengetahui bahwa makin tinggi *hardiness* maka membuat para perawat IGD lebih kuat, tangguh, siap, dan tetap optimis meskipun dihadapkan dengan tekanan di masa pandemi COVID-19 maupun peristiwa buruk dilingkungannya. *Burnout* yang dialami perawat IGD dapat diturunkan dengan meningkatkan konsentrasi dalam bekerja, siap dengan tantangan yang ada di dalam lingkungan kerja, dan bersedia mengikuti kegiatan pengembangan kompetensi perawat IGD. Sebaliknya, semakin rendah kepribadian *hardiness* akan membuat perawat IGD mudah menyerah akan tekanan, marah, putus asa, cemas, bahkan kesulitan dalam mengendalikan dirinya ketika dihadapkan dengan hambatan dalam kehidupan sehingga hal ini dapat meningkatkan *burnout* yang membuat perawat IGD mengalami kebosanan ketika bekerja, menurunnya antusias perawat IGD untuk meningkatkan potensi dan kariernya.

B. Saran

Peneliti memiliki beberapa saran yang dapat dikemukakan dalam bagian terakhir skripsi ini antara lain yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi perawat IGD khususnya yang berada pada tingkat *burnout* tinggi dan sedang, untuk menurunkan tingkat *burnout* maka perlu untuk menghindari situasi-situasi yang memicu terjadinya *burnout* khususnya dimasa pandemi COVID-19 dengan lebih memperhatikan kestabilan kepribadian *hardiness* dengan cara selalu berpikir positif pada setiap peristiwa dan hambatan yang terjadi di rumah sakit yang kemudian dijadikan evaluasi. Hal tersebut dapat mengarahkan perawat IGD pada pola pikir, sikap, dan perilaku sehingga tidak mengarahkan perawat IGD kepada *burnout*. Perawat IGD juga di harapkan untuk memiliki kesadaran, pemahaman akan kondisinya, dan dapat mengelola tekanan yang dialami sehingga tidak meningkatkan kondisi *burnout*.

2. Bagi Para Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk tetap melanjutkan penelitian menggunakan variabel lain, supaya bisa memberi pengungkapan adanya kontribusi diluar kepribadian *hardiness*.