

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan gangguan stres pascatrauma (PTSD) pada tenaga kesehatan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0.646$ , yang mengindikasikan hubungan negatif yang kuat antara dukungan sosial dan gangguan stres pascatrauma. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh tenaga kesehatan, maka semakin rendah tingkat gangguan stres pascatrauma yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi tingkat gangguan stres pascatrauma. Berdasarkan analisis regresi, nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) adalah  $0.417$ , yang berarti bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi sebesar  $41,7\%$  terhadap variabilitas gangguan stres pascatrauma tenaga kesehatan di Provinsi Yogyakarta sejak berakhirnya pandemi COVID-19.

#### **B. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini tidak lepas dari beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, kurangnya pendampingan dari *professional helper*, seperti psikolog klinis atau ahli terkait, selama pelaksanaan penelitian menjadi kelemahan yang cukup signifikan, terutama karena penelitian ini berkaitan dengan PTSD. Kedua, adanya perbedaan populasi dalam ujicoba alat ukur menjadi keterbatasan

dalam penelitian ini. Ujicoba skala untuk dukungan sosial dilakukan pada populasi umum orang dewasa (tenaga kesehatan, mahasiswa, karyawan, dll) sementara skala untuk PTSD diujicobakan hanya pada tenaga kesehatan. Hal ini dapat mempengaruhi validitas dan reliabilitas alat ukur. Ketiga, sampel yang terbatas dari populasi yang ada, dan metode pengumpulan data yang menggunakan *self-report* juga menjadi kelemahan penelitian.

### **C. Saran**

#### **1. Untuk Tenaga Kesehatan**

Tenaga kesehatan yang masih mengalami gangguan stres pascatrauma disarankan untuk meningkatkan dukungan sosial dengan menjalin komunikasi yang lebih intensif dengan rekan kerja, keluarga, dan komunitas profesional. Dukungan sosial ini diharapkan dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan mental diri.

#### **2. Untuk Instansi Kesehatan/Pemerintah dan Pembuat Kebijakan Kesehatan**

Instansi kesehatan dan pembuat kebijakan diharapkan untuk menyediakan program-program dukungan sosial yang komprehensif bagi tenaga kesehatan. Ini dapat mencakup layanan konseling, pelatihan manajemen stres, dan fasilitas pendukung lainnya. Selain itu, kebijakan yang mendukung lingkungan kerja yang sehat dan mendukung secara sosial sangat penting untuk kesejahteraan tenaga kesehatan. Oleh karena dampak negatif gejala PTSD terhadap kualitas perawatan medis dan kualitas hidup tenaga kesehatan di garis depan, penting bagi petinggi instansi kesehatan, pembuat kebijakan, manajemen rumah sakit agar dapat

mengembangkan intervensi yang efektif untuk mengurangi gejala PTSD pada tenaga kesehatan terutama meningkatkan dukungan sosial.

### 3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi gangguan stres pascatrauma pada tenaga kesehatan khususnya terkait pandemi COVID-19. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya melibatkan *professional helper*, seperti psikolog klinis dalam proses penelitian untuk memastikan penanganan yang tepat terhadap subjek penelitian. Berikutnya, disarankan untuk melakukan uji coba alat ukur pada sampel yang lebih beragam dan populasi yang konsisten dengan metode pengumpulan data yang lebih komprehensif, agar hasil penelitian lebih valid dan reliabel. Penelitian lebih lanjut juga diharapkan, dilakukan untuk mengembangkan dan mengevaluasi intervensi yang efektif untuk meningkatkan dukungan sosial dan mengatasi gejala stres pascatrauma pada tenaga kesehatan.