

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian “Hubungan Beban Kerja dengan *Burnout* pada Perawat luka di Praktik Mandiri Wilayah Jabodetabek” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

#### 5.1 Simpulan

- 1) Berdasarkan karakteristik perawat luka di praktik mandiri lebih banyak perawat berjenis kelamin perempuan sebanyak (60,0%), usia dewasa awal sebanyak (77,1%), dan dengan masa kerja lebih 1-5 tahun sebanyak (68,6%).
- 2) Berdasarkan hasil distribusi frekuensi beban kerja pada perawat luka di praktik mandiri, perawat luka lebih banyak mengalami beban kerja kategori sedang sebanyak ( 54,3%), *Burnout* kategori rendah ( 31,4%), kategori sedang ( 54,3%), dan kategori tinggi (14,3%).
- 3) Berdasarkan hubungan beban kerja dengan *burnout* pada perawat luka di praktik mandiri didapatkan hasil, perawat yang menyatakan beban kerja ringan dan mengalami *burnout* rendah sebanyak (80%), yang menyatakan beban kerja sedang dan mengalami *burnout* sedang sebanyak (84,2%), dan perawat yang menyatakan beban kerja berat dan mengalami *burnout* berat sebanyak (83,3%).
- 4) Ada hubungan yang signifikan antar beban kerja terhadap *burnout* pada perawat luka di praktik mandiri wilayah jabodetabek dengan *p value* 0,001.

## 5.2 Saran

### 1) Bagi Praktik Mandiri

Diharapkan praktik mandiri bisa memperhatikan beban kerja pada perawat luka, mengevaluasi kebutuhan terhadap jumlah perawat luka, melakukan pembagian tugas yang merata sesuai dengan fungsi dan tanggung jawab. Melakukan pergantian terhadap pasien yang ditangani perawat sehingga tidak menyebabkan kejenuhan dan stres akibat tuntutan pasien dan keluarga. serta dapat menetapkan strategi untuk mengatasi *burnout* yang dialami perawat luka.

### 2) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan tolak ukur dalam bidang manajemen keperawatan.

### 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dalam meneliti faktor-faktor lainnya yang berkaitan dengan *burnout* pada perawat.

### 4) Bagi Perawat

Diharapkan perawat luka dapat mengetahui penyebab, dan dampak *burnout* serta mampu mengatur manajemen waktu agar tidak mengganggu waktu istirahat dan pekerjaan, diharapkan perawat luka melakukan komunikasi secara baik kepada atasan maupun tim terhadap beban kerja yang berlebih. Mampu mengontrol emosi dan melakukan teknik relaksasi dalam mengatasi *burnout*.