

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebesar 53,8% *adversity quotient* pada perawat perempuan di RSUD H. Abdul Manap Kota Jambi dikategorikan tinggi dan 46,2% dikategorikan sedang.
2. Sebesar 89,1% *burnout* pada perawat perempuan di RSUD H. Abdul Manap Kota Jambi dikategorikan rendah. Sementara itu, 9,6% dikategorikan sedang dan 1,3%) dikategorikan tinggi.
3. Berdasarkan hasil Analisis Bivariat yang telah dilakukan dengan uji korelasi *Spearman Rank* didapatkan hasil nilai pada *p-value* dalam penelitian ini sebesar 0,007 artinya antara *adversity quotient* dengan *burnout* mempunyai hubungan yang bermakna.

5.2 Saran

Berdasarkan Kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, maka dapat disarankan bahwa:

1. Bagi RSUD H. Abdul Manap Kota Jambi

Rumah sakit disarankan untuk mempertahankan dan meningkatkan lingkungan kerja yang mendukung, yang telah terbukti berkontribusi terhadap tingginya *adversity quotient* dan rendahnya *burnout* pada perawat perempuan. RSUD dapat menyelenggarakan program pelatihan rutin yang berfokus pada penguatan daya tahan mental, manajemen stres, dan pengembangan keterampilan koping adaptif bagi perawat. Pemberian *reward* atau penghargaan atas kinerja juga dapat menjadi bentuk apresiasi yang meningkatkan motivasi kerja. Rumah sakit juga perlu melakukan pemantauan berkala terhadap beban kerja, menyediakan supervisi yang suportif, serta membuka akses terhadap layanan konsultasi psikologis guna mendukung kesejahteraan emosional tenaga keperawatan.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan Universitas Jambi

Diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi khususnya di bidang keperawatan sehingga mahasiswa keperawatan dapat memperoleh referensi terkait *adversity quotient* pada perawat untuk mengetahui pentingnya ketahanan seseorang dalam menghadapi tantangan yang mempengaruhi tingkat *burnout*.

3. Bagi Perawat

Perawat perempuan diharapkan dapat terus mengembangkan potensi diri, mempertahankan daya tahan terhadap tekanan kerja, serta menerapkan strategi koping yang sehat dalam menghadapi tantangan. Disarankan juga agar perawat aktif mengikuti pelatihan, menjaga keseimbangan kehidupan kerja dan pribadi, serta saling mendukung antar sejawat untuk menciptakan lingkungan kerja yang harmonis dan produktif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan partisipan, misalnya dengan melibatkan perawat laki-laki, perawat dari berbagai jenjang pendidikan, atau dari rumah sakit berbeda. Selain itu, peneliti dapat menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, kecerdasan emosional, atau kepuasan kerja sebagai faktor yang mungkin berpengaruh terhadap hubungan *adversity quotient* dan *burnout*.