

BAB V

SARAN DAN KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan yang sudah dibahas pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut : Berdasarkan hasil uji lineritas, diketahui bahwa variabel stres kerja dan variabel *psychological well-being* memiliki taraf signifikansi *Deviation from linearity* sebesar 0.067 diartikan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linear. Adanya hubungan yang positif antara stres kerja dengan *psychological well-being* sebesar koefisien korelasi (r) 0.371 dengan taraf signifikansi (p) = 0.000 ($p < 0.5$). Hasil dari kategorisasi skor subjek menunjukkan bahwa stres kerja berada pada kategorisasi sedang, sedangkan *psychological well-being* pada kategorisasi sedang.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran. Agar dapat berguna untuk para perawat dan juga rumah sakit, serta untuk penelitian selanjutnya.

5.2.1 Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji lebih jauh tentang penelitian ini, disarankan untuk menggunakan teori-teori terbaru, agar dapat memperkaya literatur dari penelitian selanjutnya. Dan bagi peneliti selanjutnya agar lebih teliti dalam melihat suatu fenomena juga dapat lebih memperluas populasi penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Perawat : Disarankan perawat agar lebih meningkatkan *psychological well-being* dengan meningkatkan kemampuan perawat dalam mencapai tujuan hidup, penerimaan diri, kemandirian dan berhubungan positif dengan orang lain. Serta menurunkan stres kerja dengan cara manajemen stres di tempat kerja.

2. Bagi Rumah Sakit : Dengan tingkat *psychological well-being* yang sedang diharapkan rumah sakit dapat membantu perawat dalam meningkatkan *psychological well-being* perawat, dengan cara menumbuhkan rasa percaya diri pada perawat, membantu perawat dalam membangun hubungan positif dengan orang lain. Serta menurunkan stres kerja dengan cara mengurangi tuntutan pekerjaan, dan peduli terhadap perawat.

