

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar perawat bangsal isolasi yang melakukan perawatan terhadap pasien COVID-19 di Rumah Sakit Umum Daerah Temanggung memiliki tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sejumlah 28 orang (45,2%). Hanya sebagian kecil yang mengalami kecemasan berat yaitu 2 orang. Berkenaan dengan kualitas tidur, sebagian besar perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Temanggung khususnya bangsal isolasi COVID-19 memiliki kualitas tidur yang baik dengan jumlah 39 orang (62,9%) dan perawat dengan kualitas tidur yang buruk sejumlah 23 orang (37,1%). Hal ini terkait dengan perbedaan fase pandemi saat pengambilan data yang dimungkinkan perawat bangsal isolasi COVID-19 di RSUD Temanggung sudah mulai beradaptasi secara psikologis dan fisik akibat adanya kelengkapan Alat Pelindung Diri, pengetahuan dan pengalaman dalam merawat pasien COVID-19.

B. Saran

Berdasarkan analisa hasil dan kesimpulan yang penulis dapatkan setelah melakukan penelitian ini, maka peneliti menyampaikan saran:

1. Bagi Instansi Rumah Sakit

Rumah sakit berperan penting dalam memberikan dukungan moral dan emosional kepada staf khususnya perawat yang melakukan perawatan pada pasien COVID-19. Dukungan dan pendampingan yang diberikan akan membawa dampak yang bagus bagi kondisi psikologis perawat di bangsal isolasi.

Selain itu, Rumah Sakit diharapkan dapat menjaga ketersediaan APD, dan mendukung peningkatan pengetahuan perawat dalam memberikan perawatan terhadap pasien COVID-19. Hal ini bertujuan dengan tersedianya dukungan tersebut maka tingkat kecemasan perawat semakin membaik. Penyegaran bagi staf seperti adanya rotasi rutin, dukungan spiritual, dan lain-lain hendaknya dilakukan oleh Rumah Sakit.

2. Bagi perawat

Perawat diharapkan dapat mengelola psikologis dan kondisi fisik selama melakukan perawatan pada pasien COVID-19. Sebagai contoh dengan olahraga secara teratur, menggunakan waktu istirahat sebaik mungkin, mengikuti pengelolaan kecemasan dengan yoga, meditasi, dan lain-lain sesuai hal yang disenangi. Dengan begitu kecemasan akan dapat terkontrol dengan baik dan kualitas tidur terjaga sehingga imunitas tetap terjaga. Selain itu, perawat juga diharapkan dapat meningkatkan motivasi belajar secara mandiri tentang pengetahuan dalam melakukan perawatan COVID-19 agar diri pribadi dan

sekitar tetap terlindungi, dan juga pengetahuan tentang pengelolaan psikologis dan peningkatan imunitas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Melalui penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan atau pengaruh dari tingkat kecemasan dan kualitas tidur atau dengan variabel yang lain. Selain itu, diperlukan suatu modifikasi dari alat ukur penelitian. Akan lebih baik apabila peneliti memodifikasi dalam komponen ke 14 di pengukuran kecemasan dengan tambahan metode wawancara atau observasi langsung untuk mengetahui respon non verbal dari perawat sebagai responden. Berkaitan dengan pengembangan instrumen penelitian, di dalam lembar kuesioner juga ditambahkan pertanyaan mengenai data responden terkait adanya penyakit degenerative atau riwayat terinfeksi COVID-19. Data tersebut dapat digunakan untuk menganalisa lebih dalam pengaruh terhadap kecemasan dan kualitas tidur.

Selain itu, peneliti juga dapat mengkaji lebih jauh tentang tingkat pengetahuan perawat tentang perawatan pada pasien COVID-19 atau hal-hal lain yang berkaitan dengan kemungkinan penyebab untuk dapat mengetahui secara lanjut tentang faktor-faktor yang melatarbelakangi kecemasan dan penurunan kualitas tidur perawat.