

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tatapaan, terlihat bahwa petugas kesehatan menggunakan berbagai cara untuk mengatasi kesulitan yang muncul saat merawat pasien yang mengalami gangguan mental.

Strategi ini melibatkan cara mengatasi masalah seperti mencatat kebiasaan pasien, membuat rencana kerja, serta bekerja sama dengan keluarga dan tim medis, serta cara mengelola perasaan seperti berdoa, mendengarkan musik, istirahat sejenak, dan menggunakan humor untuk melepas tekanan mental. Pengalaman kerja memengaruhi cara seseorang memilih dan mengembangkan strategi mengatasi masalah. Petugas yang sudah bekerja lebih lama cenderung menggunakan pendekatan yang lebih dalam, matang, dan teratur, sementara petugas pemula masih sedang menyesuaikan diri dan lebih mengandalkan bimbingan dari rekan yang lebih berpengalaman.

Strategi koping yang digunakan bersifat dinamis dan sesuai dengan kondisi serta tingkat kesiapan emosional masing-masing informan. Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya dukungan dari institusi yang terus menerus, seperti pelatihan

khusus, bimbingan langsung, serta layanan konseling, untuk membantu para petugas kesehatan mengatasi stres yang muncul dalam pekerjaan mereka. Dengan adanya dukungan yang cukup, diharapkan para petugas kesehatan dapat memberikan layanan yang lebih baik kepada pasien sekaligus menjaga kesehatan mental mereka sendiri.

Penelitian ini memperkuat bahwa pengalaman kerja memiliki pengaruh nyata terhadap pembentukan strategi koping, dan menunjukkan bahwa aspek budaya serta spiritualitas lokal juga berperan penting dalam proses tersebut. Dengan demikian, temuan ini menjadi kontribusi baru dalam memahami koping di level pelayanan primer berbasis komunitas.

B. Rekomendasi

1. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah informan yang terbatas hanya pada tiga orang petugas kesehatan dari satu puskesmas, yaitu Puskesmas Tatapaan, membuat hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, ruang lingkup lokasi penelitian yang hanya mencakup satu fasilitas kesehatan tingkat pertama menyebabkan dinamika strategi koping yang mungkin terjadi di institusi kesehatan lain yang lebih kompleks belum tergambarkan secara menyeluruh. Ketiga, waktu pelaksanaan penelitian yang

relatif singkat serta keterbatasan jadwal para informan menyebabkan proses wawancara tidak dapat dilakukan secara berulang atau lebih dalam. Selain itu, fokus utama penelitian ini cenderung menyoroti strategi koping yang bersifat adaptif dan positif, tanpa menggali lebih jauh kemungkinan adanya strategi koping yang bersifat maladaptif atau disfungsional. Terakhir, penelitian ini belum secara maksimal menerapkan pendekatan triangulasi sumber, sehingga validitas data hanya bergantung pada persepsi subjek utama tanpa konfirmasi dari pihak pendukung seperti keluarga pasien, atasan, atau rekan sejawat lainnya.

2. Saran

Penelitian menyarankan untuk meningkatkan standar layanan kesehatan mental, Puskesmas Tatapaan harus menciptakan program pelatihan berkelanjutan yang berfokus pada pengelolaan stres, komunikasi yang efektif, dan penguatan strategi menghadapi masalah. Diperlukan pelatihan teknis dalam menangani pasien dengan gangguan mental serta pendekatan psikososial. Selain itu, sangat penting untuk menyediakan layanan konseling atau kelompok dukungan bagi petugas kesehatan untuk mengurangi tekanan emosional. Upaya memperbaiki fasilitas dan ketersediaan obat-obatan harus menjadi prioritas untuk mendukung praktik klinis. Kerja sama dengan dinas kesehatan atau lembaga terkait dapat

membantu memperluas akses terhadap pelatihan dan sumber daya yang tersedia.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut demi mengevaluasi pengaruh pelatihan terhadap kinerja petugas kesehatan serta keadaan psikologis mereka. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan petugas bisa memberikan layanan yang lebih baik sembari menjaga kesehatan mental mereka.