

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara regulasi diri terhadap resiliensi pada tenaga kesehatan di lingkungan Dinas Kesehatan Kabupaten Purwakarta dalam mensosialisasikan program Gempungan desa. Hasil ini dapat dilihat dari nilai t hitung yang lebih besar dari t tabel dan signifikansi yang lebih kecil dari α , sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima. Adapun besaran pengaruh regulasi diri sebagai variabel independen mampu menjelaskan resiliensi sebagai variabel dependen sebesar 53,4%. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi regulasi diri tenaga kesehatan, maka akan semakin tinggi pula resiliensinya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa hal yang dapat peneliti sarankan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan di lingkungan Dinas Kesehatan Kabupaten Purwakarta yang mensosialisasikan program Gempungan diharapkan untuk lebih meningkatkan regulasi diri, dengan cara: mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, mengukur diri menuju perbaikan, menilai dan mengevaluasi kemampuan diri, yakin dan selalu optimis atas diri sendiri, mampu memotivasi diri, serta memilih perilaku yang harus dilakukan dalam

mencapai tujuan. Di samping itu diharapkan juga untuk lebih meningkatkan resiliensi, dengan cara: fokus dan berkonsentrasi dalam bekerja meskipun sedang menghadapi masalah, menjadikan permasalahan di pekerjaan sebagai proses pembelajaran bukan rintangan, memprioritaskan pemmasalahan agar segera menemukan solusi, serta selalu berpikir positif ketika terdapat masalah baik kecil maupun besar.

2. Bagi Instansi

Dinas Kesehatan Kabupaten Purwakarta diharapkan untuk meningkatkan resiliensi para tenaga kesehatan dalam mensosialisasikan program Gempungan, khususnya melalui peningkatan regulasi diri individu tenaga kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk tidak hanya terpaku pada faktor-faktor pada penelitian ini yaitu regulasi diri, namun dapat menambah faktor-faktor lain yang tentunya dapat mempengaruhi resiliensi. Di samping itu agar hasil penelitian ini dapat digunakan secara luas, maka peneliti selanjutnya diharapkan tidak hanya terpaku pada tenaga kesehatan sebagai objek penelitian, namun dapat menggunakan objek penelitian lainnya.