

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden pada kelompok intervensi mayoritas berusia 46 – 55 dan kelompok kontrol mayoritas berusia 56 – 65 tahun. Sedangkan tingkat pendidikan kelompok intervensi mayoritas SMA. Kelompok kontrol mayoritas SD dan SMA. Stadium mayoritas pada kelompok kontrol dan intervensi mayoritas stadium 3.
2. Terdapat perubahan skor kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi.
3. Pada kelompok kontrol juga ditemukan perubahan skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan perawatan standar berupa edukasi, namun perubahan yang terjadi tidak sebesar pada kelompok intervensi.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan dengan signifikansi $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam lebih efektif dalam menurunkan kecemasan pasien.
5. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam berpengaruh

terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

B. Saran

1. Bagi Pasien

Pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi disarankan untuk menerapkan kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu mengurangi kecemasan. Terapi ini dapat dilakukan secara mandiri karena mudah diterapkan, tidak memerlukan biaya besar, serta dapat digunakan sebagai pendukung dalam meningkatkan kenyamanan selama menjalani kemoterapi. Melalui kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam pasien dapat menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa tenang, dan memperbaiki kualitas hidup mereka selama menjalani proses kemoterapi.

2. Bagi Perawat Ruang Onkologi

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan intervensi keperawatan, khususnya dalam penyusunan standar operasional prosedur (SOP) terkait penatalaksanaan kecemasan pada pasien kanker payudara. Penerapan terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam dapat diintegrasikan ke dalam asuhan keperawatan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis pasien.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pada pasien kanker. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain, seperti dukungan keluarga atau lama menderita penyakit, serta memperluas populasi penelitian agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

4. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan pihak RSPAU dr. S. Hardjolukito dapat mempertimbangkan penerapan intervensi nonfarmakologis berupa terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam sebagai bagian dari pelayanan keperawatan pada pasien kanker yang mengalami kecemasan, khususnya di ruang kemoterapi. Selain itu, rumah sakit dapat menyusun standar operasional prosedur (SOP) terkait intervensi tersebut serta memberikan pelatihan kepada tenaga kesehatan agar intervensi dapat diterapkan secara optimal dan berkelanjutan.