

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara tahun 2026, dapat dibuatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi rata – rata responden berusia 51,88 tahun dan paling banyak pada usia 52 tahun sedangkan pada kelompok kontrol adalah 44,69 tahun dan usia paling banyak adalah 38 tahun . Jenis kelamin responden paling banyak adalah perempuan dengan 19 (73,1%) responden pada kelompok intervensi dan 16 (61,5%) responden pada kelompok kontrol. Jenis kanker yang paling banyak adalah kanker payudara dengan 17 (65,4%) responden pada kelompok intervensi dan 12 (46,2%) responden pada kelompok kontrol. Frekuensi kemoterapi responden paling banyak adalah pada kelompok intervensi 10 responden (38,5%) dan kelompok kontrol 12 responden (46,2%). Pekerjaan responden paling banyak adalah IRT dengan 10 responden (38,5%) kelompok intervensi dan 11 responden (42,3%) kelompok kontrol.
2. Rata – rata skor tingkat kelelahan pasien kanker sebelum diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok intervensi yaitu 57,3, standar deviasi adalah 6,34. Pada kelompok kontrol rata – rata yang didapatkan yaitu 60,50, standar deviasi yaitu 5,52.

3. Rata – rata skor tingkat kelelahan pasien kanker setelah diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok intervensi yaitu 32,46, standar deviasi adalah 6,77. Pada kelompok kontrol rata – rata yang didapatkan yaitu 61,08, standar deviasi yaitu 5,15.
4. Hasil analisis dengan menggunakan uji *Paired T-Test* diperoleh nilai $p < 0,001$. Berdasarkan hasil analisis tersebut, dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kelelahan sebelum dan sesudah diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok intervensi.
5. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai $p = 0,170$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kelelahan sebelum dan sesudah diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok kontrol.
6. Hasil analisis dengan uji Independent T-Test terhadap nilai selisih skor tingkat kelelahan menunjukkan hasil analisis yaitu $t = 24,194$ dan $p < 0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hal tersebut, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagian besar pasien dalam penelitian ini dengan skor kelelahan yang cukup tinggi, kepada perawat disarankan untuk lebih meningkatkan dalam pemberian edukasi yang tepat kepada pasien kanker dalam mengatasi kelelahan.

2. Bagi Masyarakat

Kepada masyarakat khususnya orang terdekat pasien, diharapkan dapat mendukung dalam menerapkan keterampilan yang sudah dipelajari selama terapi perilaku kognitif. Dukungan tersebut dapat membantu mempertahankan manfaat terapi dan mengurangi tingkat kelelahan yang dialami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian ini ditemukan bahwa terapi perilaku kognitif berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Maka disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menerapkan terapi perilaku kognitif dengan durasi dan jumlah sesi yang lebih optimal sesuai protokol terapi sehingga dapat diketahui efektivitas pada terapi perilaku kognitif secara maksimal serta menginginkan manfaat intervensi dalam jangka waktu panjang dan juga peneliti selanjutnya disarankan untuk melaksanakan penelitian lebih dari satu rumah sakit atau fasilitas pelayanan kesehatan yang berbeda, sehingga kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat dipisahkan guna meminimalkan kemungkinan terjadinya bias.