

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berikut ini adalah kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, yaitu :

1. Karakteristik hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 18 hingga 59 tahun, yaitu sebanyak 43 responden (59,7%) dengan rata-rata usia 55,8 tahun. Tingkat pendidikan terbanyak adalah lulusan sekolah dasar sebanyak 25 responden (34,7%). Berdasarkan jenis pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 21 responden (29,2%).
2. Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi *Self-Help Group* menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sangat berat (65,3%) dan berat (34,7%), tanpa adanya responden yang mengalami kecemasan sedang maupun ringan.
3. Tingkat kecemasan setelah diberikan terapi *Self-Help Group* menunjukkan penurunan signifikan, di mana sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang (61,1%) dan ringan (37,5%), serta 1 responden (1,4%) yang mengalami kecemasan berat, dan tidak ada lagi yang mengalami kecemasan sangat berat.
4. Analisis uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan hasil nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan terapi *Self-Help Group* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di RSUD Bali Mandara.

B. Saran

Dari hasil analisis dan simpulan yang telah dijabarkan di atas, terdapat beberapa hal yang dapat disarankan demi pengembangan hasil penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi RSUD Bali Mandara

Diharapkan RSUD Bali Mandara dapat mempertimbangkan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam intervensi psikososial berupa terapi *self-help group* dalam layanan kepada pasien kanker payudara. Intervensi ini dinilai memiliki potensi dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien serta meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan yang holistik dan berorientasi pada kebutuhan psikologis pasien.

2. Bagi Masyarakat dan Keluarga Pasien

Disarankan untuk terus mendukung dan mendorong pasien agar mengikuti kegiatan kelompok seperti *self-help group*. Kegiatan ini terbukti dapat memberikan manfaat secara emosional dan psikologis, sekaligus membentuk rasa saling percaya antar pasien dalam menghadapi penyakit kronis.

3. Bagi Perawat

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya perawat, dapat menerapkan keterampilan dalam memfasilitasi terapi kelompok seperti *self-help group*. Praktisi diharapkan dapat menjadi fasilitator yang mampu mengarahkan proses diskusi agar lebih efektif dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan dukungan sosial pasien.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan desain yang lebih kompleks seperti quasi-eksperimen dengan kelompok kontrol, agar hasilnya lebih kuat dalam mendukung efektivitas terapi SHG. Penambahan variabel seperti dukungan keluarga, strategi koping, dan lama diagnosis juga dapat memperkaya analisis.