

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara berdasarkan usia didapatkan sebagian besar (56%) pasien berada pada rentang usia 51-64 tahun, dengan mayoritas (64%) pasien berjenis kelamin perempuan. Jenis kanker yang paling banyak ditemukan adalah kanker payudara (44%). Sebagian besar pasien berada pada stadium II (36%) dan stadium IV (36%).
2. Skor rata-rata kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara sebelum melakukan relaksasi benson adalah 50,33 dengan standar deviasi 20,48, yang berarti kualitas hidup berada dalam kategori sedang.
3. Skor rata-rata kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara setelah melakukan relaksasi benson adalah 64,67 dengan standar deviasi 18,36, yang berarti kualitas hidup berada dalam kategori sedang.
4. Terdapat peningkatan skor rata-rata kualitas hidup antara sebelum dan sesudah melakukan relaksasi benson. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil tersebut berarti terdapat pengaruh relaksasi benson terhadap kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, adapun saran dari peneliti yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata kualitas hidup pasien meningkat dari 50,33 sebelum intervensi menjadi 64,67 setelah diberikan relaksasi Benson. Oleh karena itu, pasien kanker yang menjalani kemoterapi disarankan untuk menerapkan relaksasi Benson secara rutin dan mandiri sebagai salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup selama menjalani pengobatan.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relaksasi Benson berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, perawat disarankan untuk memberikan edukasi dan pendampingan mengenai teknik relaksasi Benson kepada pasien sebagai intervensi keperawatan mandiri yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien selama menjalani kemoterapi.
3. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh relaksasi Benson terhadap kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Namun, penelitian ini masih menggunakan desain *pra-eksperimental one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, sehingga masih terdapat keterbatasan dalam mengendalikan faktor-faktor luar yang dapat memengaruhi kualitas hidup responden. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol atau desain eksperimental yang lebih kuat untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas relaksasi Benson terhadap kualitas hidup pasien kanker.