

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari maka dapat disimpulkan karakteristik responden yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan usia pada rentang 31 tahun sampai dengan 73 tahun dan usia terbanyak ada pada kisaran 41 tahun sampai dengan 60 tahun. Tingkat pendidikan pasien yang menjalani hemodialisa bervariasi mulai dari tingkat SD sampai dengan Sarjana dengan mayoritas berada pada tingkat SMA. Jenis pekerjaan pasien yang menjalani hemodialisa juga bervariasi ada yang bekerja sebagai ASN, Karyawan Swasta, Wirausaha dan tidak bekerja atau mengurus rumah tangga. Jenis pekerjaan terbanyak adalah tidak bekerja.

Tingkat kecemasan yang dialami oleh responden pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi rata-rata mengalami kecemasan berat dan setelah diberikan intervensi dan dilakukan post test tingkat kecemasan menurun menjadi tingkat kecemasan ringan. Pada kelompok kontrol, tingkat kecemasan yang diukur pada saat pre-test dan post-test berada pada tingkat kecemasan sedang. Berdasarkan uji statistik 2 kelompok, dapat disimpulkan bahwa pemberian kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan

yang dialami oleh pasien. Serta hasil uji perbandingan tingkat kecemasan antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol membuktikan bahwa pemberian kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terbukti efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Responden**

Intervensi yang telah diberikan diharapkan dapat dilakukan secara konsisten dan berkesinambungan sehingga menurunkan dan mengontrol tingkat kecemasan yang dialami dan dapat menjalani hemodialisa dengan perasaan tenang sehingga memiliki kualitas hidup yang optimal.

### **2. Bagi Institusi Kesehatan**

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi bagi perawat, terutama perawat ruang hemodialisa dalam memberikan intervensi nonfarmakologis kepada pasien yang mengalami kecemasan.

### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi pembelajaran dalam mengembangkan asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan kecemasan yang dialami pasien.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih jauh tentang pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa, penelitian ini bisa dijadikan dasar atau referensi untuk penelitian selanjutnya, dengan menggunakan sampel yang lebih besar dan waktu intervensi dan observasi yang lebih lama.