

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Terapi Zikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mayoritas responden adalah pasien berusia >50 tahun (60%), perempuan (53,3%), beragama Islam (100%), dan telah menjalani hemodialisa <5 tahun (60%), yang menunjukkan kelompok ini rentan mengalami gagal ginjal kronik serta masih dalam tahap adaptasi terhadap terapi hemodialisa.
2. Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang 10 (66,7%), dengan rata-rata tingkat kecemasan 26.00.
3. Setelah intervensi, sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan (6-14) sebanyak 9 (60.0%) dengan rata-rata tingkat kecemasan 13.73. Tidak ada responden yang mengalami tingkat kecemasan berat setelah diberikan intervensi.
4. Terdapat pengaruh yang signifikan dari hasil uji statistik dengan nilai $p=0,001$ ($p < 0.05$), sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak.

B. Saran

1. Bagi Institusi Kesehatan

Institusi kesehatan diharapkan menerapkan terapi relaksasi otot progresif dan terapi zikir sebagai intervensi non-farmakologis, serta memberikan pelatihan kepada tenaga kesehatan agar pelayanan mencakup aspek fisik, psikologis,

dan spiritual pasien.

2. Bagi Peneliti

Penelitian selanjutnya diharapkan melibatkan sampel lebih besar, metode yang lebih kuat, serta mengkaji variabel lain seperti depresi, kualitas hidup, dan dukungan keluarga agar hasil lebih luas dan bermanfaat bagi ilmu keperawatan.

3. Bagi Masyarakat

Pasien dan keluarga diharapkan memanfaatkan terapi relaksasi otot progresif dan zikir sebagai upaya mengurangi kecemasan, dengan dukungan keluarga untuk membantu pasien lebih tenang, adaptif, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

