

BAB 4

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh terapi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)* terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di *One Day Care (ODC)* RS Panti Rapih Yogyakarta, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 5.1.1 Sebagian besar responden berada pada usia dewasa akhir hingga lanjut usia, didominasi oleh perempuan, dengan diagnosis terbanyak adalah kanker payudara (Ca Mamae), serta sebagian besar menjalani kemoterapi pada siklus lanjut. Skor kecemasan pada kelompok intervensi menurun setelah diberikan terapi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)*, sedangkan pada kelompok kontrol tidak menunjukkan penurunan yang bermakna.
Skor kecemasan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah penelitian tidak mengalami perubahan yang bermakna. Sebagian besar responden tetap memiliki skor kecemasan yang relatif sama setelah mendapatkan pelayanan standar.
- 5.1.2 Skor kecemasan pada kelompok intervensi mengalami penurunan signifikan setelah diberikan terapi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi VIRGIR efektif menurunkan kecemasan pada pasien kanker sebelum menjalani kemoterapi di Ruang ODC RS Panti Rapih Yogyakarta.
- 5.1.3 Tidak terdapat perbedaan rerata yang signifikan skor kecemasan pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa pemberian intervensi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)*, skor kecemasan pasien kanker yang akan menjalani kemoterapi cenderung tidak mengalami perubahan yang bermakna.
- 5.1.4 Terdapat perbedaan rerata skor kecemasan *pre test* antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Rerata skor kecemasan pada kelompok intervensi

lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, sehingga menunjukkan bahwa kondisi awal tingkat kecemasan kedua kelompok tidak homogen.

5.1.5 Tidak terdapat perbedaan rerata skor kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah dilakukan intervensi teknik VIRGIR.

5.1.6 Terdapat perbedaan perubahan skor kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi, maka terapi VIRGIR berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang ODC RS Panti Rapih Yogyakarta.

5.2 Saran

5.2.2 Bagi Rumah sakit

Rumah sakit diharapkan dapat mempertimbangkan penerapan terapi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang untuk menurunkan kecemasan bagi pasien kanker sebelum menjalani kemoterapi. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan sample yang lebih banyak agar ke depan VIRGIR ini diharapkan dapat dikembangkan sebagai salah satu Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi modalitas yang disesuaikan dengan alur pelayanan kemoterapi di rumah sakit.

5.2.3 Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa dan dosen dalam mengembangkan ilmu keperawatan, khususnya mengenai penggunaan teknologi *Virtual Reality* sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mengatasi masalah psikologis pada pasien kanker.

5.2.4 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk memperketat kriteria inklusi subyek penelitian, misalnya dengan berfokus khusus pada pasien kanker yang mengalami tingkat kecemasan berat. Penelitian juga disarankan mengevaluasi efektivitas terapi VIRGIR pada beberapa siklus kemoterapi serta mengombinasikan pengukuran psikologis dengan indikator fisiologis, seperti tekanan darah, denyut nadi, frekuensi napas, saturasi oksigen, atau

kadar hormon stres, sehingga manfaat terapi dapat dinilai secara lebih komprehensif.

5.2.5 Bagi pasien

Pasien diharapkan dapat memanfaatkan terapi *Virtual Reality Guided Imagery Relaxation (VIRGIR)* sebagai salah satu metode relaksasi yang aman, mudah digunakan, dan dapat membantu mengurangi kecemasan sebelum menjalani kemoterapi. Dengan berkurangnya kecemasan, diharapkan pasien lebih siap secara psikologis dalam menjalani proses pengobatan serta memiliki pengalaman kemoterapi yang lebih nyaman.