

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 5.1.1 Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar pasien pre operasi berada pada kelompok usia dewasa (18–59 tahun) sebanyak 42 responden (87,5%), berjenis kelamin laki-laki sebanyak 25 responden (52,1%), dan memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 20 responden (41,7%).
- 5.1.2 Sebagian besar pasien pre operasi di Ruang Rawat Inap RS Panti Rini Yogyakarta memiliki tingkat kecemasan tinggi, yaitu sebanyak 40 responden (83,3%), sedangkan responden yang memiliki tingkat kecemasan rendah sebanyak 8 responden (16,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas pasien mengalami kecemasan sebelum menjalani tindakan pembedahan.
- 5.1.3 Sebagian besar pasien pre operasi di Ruang Rawat Inap RS Panti Rini Yogyakarta memiliki kualitas tidur yang buruk, yaitu sebanyak 37 responden (77,1%), sedangkan responden yang memiliki kualitas tidur baik sebanyak 11 responden (22,9%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas pasien mengalami gangguan kualitas tidur sebelum menjalani tindakan operasi.
- 5.1.4 Hasil analisis menggunakan uji *Somers' d* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien *Somers' d* (r) = 0,814, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi di Ruang Rawat Inap RS Panti Rini Yogyakarta. Nilai koefisien *Somers' d* sebesar 0,814 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel termasuk dalam kategori sangat kuat dengan arah hubungan positif, yang berarti semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami pasien,

maka semakin buruk kualitas tidur yang dialaminya sebelum menjalani tindakan pembedahan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Pasien

Pasien pre operasi diharapkan dapat lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan cemas, ketakutan, maupun keluhan yang dialami kepada tenaga kesehatan selama menjalani perawatan. Pasien juga diharapkan mengikuti edukasi praoperasi yang diberikan oleh perawat dan dokter sehingga memperoleh informasi yang memadai mengenai prosedur operasi, anestesi, serta proses pemulihan. Pemahaman yang baik diharapkan dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur sebelum menjalani tindakan pembedahan.

5.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Perawat dan tenaga kesehatan diharapkan dapat melakukan pengkajian tingkat kecemasan dan kualitas tidur sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada pasien pre operasi. Selain itu, perawat diharapkan memberikan edukasi praoperasi, komunikasi terapeutik, dukungan emosional, serta menerapkan intervensi nonfarmakologis yang sesuai, seperti teknik relaksasi, latihan napas dalam, distraksi, atau terapi musik, untuk membantu menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien sebelum tindakan operasi. Perawat juga perlu menciptakan lingkungan ruang rawat yang nyaman dengan meminimalkan kebisingan dan gangguan pada malam hari agar kebutuhan istirahat pasien dapat terpenuhi secara optimal.

5.2.3 Bagi Rumah Sakit

Rumah Sakit Panti Rini Yogyakarta diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan praoperasi melalui pengembangan program edukasi pasien, skrining rutin terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur, serta penyusunan *Standar Operasional Prosedur* (SOP) mengenai pengelolaan aspek psikologis pasien pre operasi. Jika memungkinkan perlu ditambahkan

perawat jiwa untuk dapat melakukan pendekatan kepada pasien yang mengalami kecemasan. Selain itu, rumah sakit diharapkan menyediakan lingkungan ruang rawat yang lebih kondusif untuk beristirahat, seperti pengendalian kebisingan, pencahayaan yang sesuai, dan pengaturan aktivitas pelayanan pada malam hari, sehingga dapat mendukung peningkatan kualitas tidur pasien sebelum menjalani tindakan pembedahan.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi bagi institusi pendidikan, khususnya pada bidang ilmu keperawatan medikal bedah, mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran dalam penerapan *Evidence-based Nursing Practice* serta sebagai referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian dengan topik serupa.