

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan kombinasi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di Puskesmas. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan kuesioner GAD-7, kedua responden mengalami penurunan skor kecemasan setelah diberikan intervensi. Responden Tn. W menunjukkan penurunan dari skor 13 menjadi 12, sedangkan responden Ny. S dari skor 12 menjadi 11, yang keduanya berada dalam kategori kecemasan sedang. Penurunan skor ini mencerminkan adanya dampak positif dari intervensi kombinasi terhadap kondisi psikologis pasien. Dengan demikian, terapi ini dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif non-farmakologis yang sederhana dan bermanfaat untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa secara rutin.

5.2 Saran

1. Bagi Masyarakat (Pasien dan Keluarga)

Pasien hemodialisa beserta keluarga dapat mencoba menerapkan kombinasi terapi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik secara mandiri sebagai salah satu cara sederhana untuk membantu mengurangi kecemasan selama menjalani pengobatan jangka panjang.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, keterampilan, serta pengalaman dalam pelaksanaan penelitian ilmiah. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan melakukan penelitian dalam jangka waktu yang lebih panjang dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk mendapatkan hasil yang lebih generalisasi dan mendalam terhadap pengaruh terapi kombinasi ini terhadap kecemasan pasien hemodialisa.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi tambahan dalam kegiatan belajar mengajar, khususnya dalam pembelajaran terkait manajemen stres dan kecemasan pada pasien kronis serta penerapan terapi non-

farmakologis seperti *foot massage* dan terapi musik yang terjangkau dan efektif dalam praktik keperawatan komunitas maupun klinik.

4. Bagi Puskesmas Sikumana

Diharapkan puskesmas dapat mengadopsi dan mengintegrasikan kombinasi terapi *foot massage* dengan minyak zaitun serta terapi musik klasik sebagai bagian dari program pendampingan dan pelayanan pasien hemodialisa. Implementasi terapi nonfarmakologis ini dapat meningkatkan kenyamanan pasien, mengurangi kecemasan selama perawatan, serta menunjang kualitas pelayanan kesehatan yang lebih holistik dan humanis di tingkat primer. Selain itu, puskesmas dapat memberikan pelatihan kepada tenaga kesehatan dan kader untuk melaksanakan terapi ini secara tepat dan berkelanjutan.