

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis, kesimpulan yang dapat disampaikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden memiliki tingkat resiliensi sedang, yaitu sebanyak 17 responden (51,5%), diikuti resiliensi tinggi sebanyak 12 responden (36,4%) dan resiliensi rendah sebanyak 7 responden (21,2%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien telah memiliki kemampuan adaptasi psikologis yang cukup baik dalam menghadapi penyakit kronik dan terapi hemodialisis, meskipun masih terdapat kelompok dengan resiliensi rendah yang rentan terhadap tekanan psikologis.
2. Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang, yaitu sebanyak 17 responden (51,5%). Selain itu, terdapat 10 responden (30,3%) yang tidak mengalami kecemasan, 2 responden (6,1%) mengalami kecemasan ringan, 3 responden (9,1%) mengalami kecemasan berat, dan 1 responden (3,0%) mengalami kecemasan sangat berat. Data ini menunjukkan bahwa gejala kecemasan masih cukup dominan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis.
3. Hasil uji korelasi Spearman (Spearman's rho) menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,556$ dengan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat resiliensi dan tingkat kecemasan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis.
4. Arah korelasi yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi pasien, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami. Nilai koefisien sebesar 0,556 menunjukkan kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, sehingga

resiliensi dapat dipandang sebagai faktor protektif terhadap kecemasan pada pasien GGK yang menjalani terapi hemodialisis jangka panjang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, saran yang dapat disampaikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pasien

Pasien GGK yang menjalani hemodialisis disarankan untuk meningkatkan kemampuan koping dan resiliensi psikologis melalui keterlibatan aktif dalam edukasi kesehatan, latihan relaksasi napas dalam, manajemen stres, serta aktivitas spiritual dan sosial yang sesuai dengan kondisi fisik. Upaya ini penting terutama bagi pasien yang menunjukkan gejala kecemasan berat seperti ketegangan otot yang menetap, kelelahan ekstrem, dan gangguan tidur, karena kondisi tersebut dapat memperburuk kualitas hidup dan kepatuhan terhadap terapi hemodialisis.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat dan dokter di unit hemodialisis, disarankan untuk melakukan skrining rutin terhadap tingkat resiliensi dan kecemasan pasien menggunakan instrumen standar seperti Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Hasil skrining dapat digunakan sebagai dasar pemberian intervensi psikososial, terutama pada pasien dengan resiliensi sedang dan kecemasan sedang hingga berat. Pendekatan edukatif, konseling suportif, terapi relaksasi, serta penguatan dukungan spiritual dan sosial perlu diintegrasikan dalam pelayanan keperawatan hemodialisis guna mencegah dampak psikologis yang lebih buruk dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara menyeluruh.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian intervensi yang berfokus pada peningkatan resiliensi dan penurunan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik, terutama pada kelompok dengan kondisi psikologis terburuk berdasarkan hasil kuesioner, seperti pasien dengan gejala somatik berat dan ketegangan emosional yang menetap. Selain itu, penelitian dengan desain longitudinal dan penambahan variabel lain seperti dukungan keluarga, spiritualitas, kualitas hidup, serta kepatuhan terhadap terapi hemodialisis diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika resiliensi dan kecemasan pasien GGK dalam jangka panjang.