

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil identifikasi dan ulasan setiap jurnal yang mengarah pada tema penelitian efektivitas *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pada pasien pre operasi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata skala kecemasan sebelum diberikan intervensi *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, atau murottal Al-Quran pada pasien pre operasi adalah sedang – berat.
2. Rata-rata skala kecemasan setelah diberikan terapi *mindfulness*, distraksi audiovisual atau murottal Al-Quran pada pasien sebelum menjalani operasi adalah sedang – tidak cemas (normal)
3. Sebagian besar ada pengaruh intervensi *mindfulness therapy* terhadap penurunan skala kecemasan pasien pre operasi.
4. Ada pengaruh distraksi audiovisual terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi dengan mayoritas nilai p-value < 0.05
5. Ada pengaruh murottal Al-Quran terhadap penurunan kecemasan pre operasi dengan nilai p-value < 0.05 pada seluruh jurnal yang diidentifikasi.
6. Intervensi *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual dan murottal sama-sama berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pre operasi dari skala berat sampai ringan namun jika ditinjau efektivitasnya maka

urutan intervensi dari yang paling efektif adalah murottal Al-Quran kemudian distraksi audiovisual dan yang terakhir *mindfulness therapy* karena adanya perbedaan penggunaan jenis media untuk distraksi dengan catatan murottal Al-Quran seluruhnya menggunakan responden beragama islam.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelusuran literatur, pembahasan dan kesimpulan maka di sub bab ini peneliti akan menyampaikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Pasien

Mindfulness therapy, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran merupakan metode nonfarmakologis yang dapat dijadikan sebagai alternatif pasien apabila mengalami kecemasan utamanya saat memutuskan akan menjalani operasi mengingat ketiga intervensi tersebut tanpa adanya tindakan invasif maka sangat aman untuk diterapkan, mudah dilakukan serta minim biaya yang harus dikeluarkan dengan pertimbangan khusus intervensi murottal Al-Quran dapat dimodifikasi dengan syair pujian lain sesuai dengan keyakinan pasien mengingat pada ulasan *literature review* responden murottal seluruhnya beragama islam.

2. Bagi Perawat

Intervensi yang ditawarkan pada penelitian *literature review* ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam pemberian metode distraksi terutamanya kecemasan untuk pasien dengan tetap mempertimbangkan aspek social

budaya, agama dan kultural dalam pemilihan terapi yang cocok untuk pasien.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini agar dapat digunakan sebagai salah satu bahan yang menunjang penambahan informasi dan pengetahuan sehingga mampu dijadikan sebagai bahan pengembangan ilmu yang lebih baik lagi ke depannya serta dapat dijadikan sebagai referensi perpustakaan yang bermanfaat dalam membuka wawasan mahasiswa.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan sebagai sumber informasi tambahan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan variabel sama yaitu pengaruh *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi dengan tetap memperhatikan keterbatasan dalam penelitian ini sehingga diharapkan penelitian selanjutnya dapat lebih sempurna.