

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh virtual reality terhadap kecemasan, depresi dan stress pada pasien kanker payudara, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Rerata kecemasan, depresi dan stress pada kelompok intervensi mengalami perbaikan setelah diberikan intervensi virtual reality
2. Pada kelompok intervensi, terdapat pengaruh pemberian Virtual Reality terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara berdasarkan hasil uji Wilcoxon ($p = 0,003$)
3. Pada kelompok intervensi, terdapat pengaruh pemberian Virtual Reality terhadap tingkat depresi berdasarkan hasil uji Wilcoxon ($p = 0,008$)
4. Pada kelompok intervensi, terdapat pengaruh pemberian Virtual Reality terhadap tingkat stres berdasarkan hasil uji Wilcoxon ($p=0,001$)
5. Pada kelompok kontrol tidak terdapat perubahan yang signifikan pada tingkat kecemasan, depresi, maupun stres selama tiga kali pengukuran.
6. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pemberian Virtual Reality ($p = 0,004$).
7. Terdapat perbedaan tingkat depresi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pemberian Virtual Reality ($p = 0,011$).
8. Terdapat perbedaan tingkat stres antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p = 0,000$) .

9. Seseluruhan, pemberian *Virtual Reality* selama 4 hari menunjukkan pengaruh dalam memperbaiki kondisi psikologis pasien kanker payudara, terutama dalam menurunkan tingkat kecemasan, depresi dan stres,

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit diharapkan dapat mempertimbangkan penggunaan Virtual Reality (VR) sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis pendamping dalam pelayanan keperawatan, khususnya bagi pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Penerapan VR dapat dimanfaatkan untuk membantu mengurangi kecemasan dan stres pasien sehingga diharapkan mampu meningkatkan kenyamanan, kualitas pelayanan, serta pengalaman pasien selama menjalani proses pengobatan. Selain itu, rumah sakit dapat menyusun standar operasional prosedur (SOP) mengenai penggunaan Virtual Reality agar pelaksanaannya lebih terarah dan optimal.

2. Bagi Bidang Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti ilmiah mengenai pemanfaatan Virtual Reality sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam mengatasi masalah psikologis pasien kanker payudara. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti (evidence-based nursing practice) serta mendorong pemanfaatan teknologi digital dalam pemberian asuhan keperawatan yang lebih holistik, terutama dalam aspek psikososial.

3. Bagi Responden

Responden diharapkan dapat memanfaatkan Virtual Reality sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi kecemasan dan stres selama menjalani pengobatan kanker payudara. Penggunaan Virtual Reality sebaiknya tetap dilakukan sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan dan tidak menggantikan terapi medis yang telah ditetapkan. Selain itu, responden diharapkan tetap menerapkan strategi koping yang positif, menjaga komunikasi dengan keluarga, serta aktif berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengalami masalah psikologis selama menjalani pengobatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar sehingga hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperpanjang durasi intervensi dan periode follow-up untuk mengetahui keberlangsungan efek Virtual Reality terhadap kecemasan, depresi, dan stres dalam jangka panjang. Penelitian berikutnya juga dapat mengendalikan faktor-faktor perancu, seperti dukungan keluarga, mekanisme koping, stadium penyakit, dan jenis terapi yang dijalani pasien, serta membandingkan efektivitas berbagai jenis konten atau durasi penggunaan Virtual Reality terhadap kondisi psikologis pasien kanker payudara.