

BAB VII

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil konstruksi Model DYARINA menunjukkan bahwa tingkat kelelahan pada survivor kanker payudara di pengaruhi oleh Tingkat Depresi, Kurangnya Aktifitas Olahraga. Hasil konstruk Model DYARINA berfokus pada peningkatan edukasi tentang pemberdayaan diri dalam menangani kelelahan termasuk didalamnya upaya penanggulangan masalah depresi dan kelelahan serta peningkatan aktifitas Olahraga melalui Senam kesehatan Dyarina
2. Pengembangan Model Pemberdayaan Diri dalam Penanggulangan Kelelahan pada survivor kanker payudara dapat diberikan melalui edukasi berupa Modul dan Latihan Fisik melalui senam kesehatan
3. Model DYARINA secara bermakna mampu menurunkan skor kelelahan dan depresi, serta mampu meningkatkan efikasi diri pada survivor kanker payudara. Model ini merupakan novelty yang diperoleh dari penelitian ini

7.2. Saran

1. Rumah Sakit Dharmais

- a. Memasukkan Model DYARINA kedalam program rumah sakit yang berkelanjutan dengan kelas atau komunitas survivor kanker payudara
- b. Perlunya program pemberdayaan diri di rumah sakit agar pasien yang berobat disana memiliki efikasi diri yang baik dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik
- c. Perlunya kerjasama program dengan komunitas kanker payudara yang lebih intensif dalam program pemberdayaan diri survivor kanker payudara

2. Kementrian Kesehatan

Perlunya upaya pemberdayaan diri pada survivor kanker payudara sehingga tidak hanya berfokus pada upaya promotive, preventif dan kuratif saja, namun mampu mengarah pada program rehabilitative melalui pendekatan Model DYARINA sehingga para survivor kanker payudara dapat memiliki efikasi diri yang baik dan dapat meminimalisasi kelelahan yang dialami selama proses dan pasca pengobatan

3. Komunitas Survivor Kanker Payudara

- a. Perlunya program dukungan antara survivor kanker payudara yang lebih intersif yang disertai dengan kegiatan yang berhubungan dengan aktifitas fisik ringan – sedang yang dapat membantu mengurangi kelelahan dan menurunkan tingkat depresi
- b. Perlunya program kerjasama antara komunitas survivor kanker payudara dengan pihak rumah sakit penyelenggara pengobatan kanker untuk membuat program pemberdayaan diri di rumah sakit

4. Masyarakat

- a. Peningkatan pemberdayaan keluarga sebagai pemberi dukungan atau support terbesar untuk survivor kanker payudara agar para survivor dapat lebih bersemangat dalam meningkatkan efikasi diri dan menurunkan tingkat kelelahan
- b. Perlunya peningkatan kapasitas keluarga tentang kanker payudara agar keluarga yang memiliki faktor risiko tidak mengalami hal yang sama dan keluarga yang memberikan dukungan dapat membantu memberikan upaya penanggulangan yang tepat dalam menangani keluarga yang terkena kanker payudara
- c. Perlunya peran serta masyarakat dalam menyebarkan Modul dan Video Senam kesehatan Dyarina untuk dapat membantu masyarakat sekitar yang mengalami kanker payudara

5. Institusi Pendidikan

Menambah bahan referensi dalam pengembangan penanganan kelelahan pada survivor kanker payudara

6. Penelitian Selanjutnya

Mengingat hasil penelitian ini masih terbatas pada efektifitas Model DYARINA pada survivor kanker payudara, maka perlu dilakukan uji coba model lebih lanjut apakah model ini mampu diterapkan pada survivor kanker lainnya dan juga dapat melakukan evaluasi lebih lanjut untuk efektifitas dengan studi longitudinal yang mampu mengukur lebih dalam bagaimana perubahan positif yang dapat terjadi jika Model DYARINA ini diterapkan lebih intensif

