

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi dzikir memiliki efek positif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan diagnosis ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI). Penerapan terapi dzikir selama tiga hari dengan durasi 15 menit per sesi terbukti membantu menurunkan skala nyeri dari kategori nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien yang awalnya mengalami nyeri dengan skala 5 dan 4 mengalami penurunan skala nyeri secara bertahap hingga mencapai skala 2 setelah menjalani terapi dzikir. Efektivitas terapi ini dikaitkan dengan mekanisme relaksasi, pengurangan stres, serta peningkatan kesejahteraan emosional dan spiritual pasien. Meskipun terapi dzikir terbukti dapat menjadi metode komplementer dalam manajemen nyeri, penelitian ini masih memiliki keterbatasan, seperti jumlah sampel yang kecil dan durasi penelitian yang singkat. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah peserta yang lebih banyak serta metode yang lebih terkontrol untuk mengkonfirmasi efektivitas terapi dzikir dalam jangka panjang. Secara keseluruhan, terapi dzikir dapat diintegrasikan sebagai bagian dari perawatan holistik yang berfokus pada aspek fisik, psikologis, dan spiritual pasien, terutama bagi mereka yang memiliki latar belakang kepercayaan yang relevan. Tenaga kesehatan, khususnya perawat, dapat memanfaatkan terapi ini sebagai salah satu strategi non-farmakologis dalam membantu pasien mengelola nyeri secara lebih efektif.

B. Saran

1. Bagi Perawat

Perawat dapat mengintegrasikan terapi dzikir sebagai intervensi komplementer dalam manajemen nyeri pasien STEMI, dengan membimbing pasien dalam praktik dzikir untuk meningkatkan ketenangan dan mengurangi nyeri. Edukasi kepada pasien dan keluarga juga diperlukan agar terapi ini lebih efektif. Selain itu, perawat perlu mendapatkan pelatihan agar penerapannya optimal serta melakukan evaluasi berkala terhadap efektivitas terapi ini. Kolaborasi dengan tim kesehatan sangat penting untuk mendukung pendekatan holistik dalam perawatan pasien. Penelitian lebih lanjut juga diperlukan untuk memperkuat bukti ilmiah mengenai manfaat terapi dzikir. Dengan langkah-langkah ini, perawat dapat meningkatkan kualitas pelayanan dan kesejahteraan pasien.

2. Bagi Pasien

Pasien dengan STEMI disarankan untuk rutin melakukan terapi dzikir sebagai metode relaksasi guna membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan ketenangan. Dzikir dapat dilakukan secara teratur, terutama saat merasa cemas atau mengalami nyeri, agar tubuh lebih rileks dan respons terhadap nyeri berkurang. Selain itu, pasien perlu tetap mengikuti pengobatan medis yang diresepkan oleh dokter dan menjalani pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, menghindari stres, serta rutin beraktivitas fisik sesuai anjuran medis. Jika mengalami nyeri yang tidak kunjung membaik, pasien sebaiknya segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Dengan menerapkan terapi dzikir sebagai bagian dari perawatan diri, pasien dapat memperoleh manfaat kesehatan yang lebih optimal.

3. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit disarankan untuk mendukung penerapan terapi dzikir sebagai intervensi komplementer dalam manajemen nyeri pasien STEMI dengan menyediakan edukasi bagi tenaga kesehatan mengenai teknik dan manfaat terapi ini. Selain itu, rumah sakit dapat mengintegrasikan terapi dzikir dalam program perawatan holistik yang mencakup aspek fisik, psikologis, dan spiritual pasien..

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian mengenai terapi dzikir dalam manajemen nyeri pasien STEMI, baik dari segi durasi, frekuensi, maupun metode pelaksanaannya. Selain itu, penelitian dapat dilakukan dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan menggunakan desain studi yang lebih kuat, seperti uji klinis terkontrol, untuk memperoleh hasil yang lebih valid. Peneliti juga dapat mengeksplorasi mekanisme fisiologis terapi dzikir dalam menurunkan nyeri serta dampaknya terhadap aspek psikologis dan kualitas hidup pasien. Selain itu, membandingkan efektivitas terapi dzikir dengan metode relaksasi lainnya juga dapat menjadi kajian yang menarik. Dengan penelitian lebih lanjut, terapi dzikir dapat semakin diakui sebagai intervensi komplementer yang berbasis bukti dalam perawatan pasien STEMI.