

BAB 7

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh terapi tertawa terhadap stres *family caregiver* pasien kanker didapatkan *mean* skor stres *family caregiver* pasien kanker sebelum dilakukan terapi tertawa sebesar $29,40 \pm 3,157$. *Mean* skor stres *family caregiver* pasien kanker setelah dilakukan terapi tertawa mengalami penurunan menjadi $16,22 \pm 2,408$ dengan rata-rata penurunan stres sebesar sebesar $13,18 \pm 4,159$. Pada hasil uji statistik *paired T-test* ($\alpha=0,05$) didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terapi tertawa terhadap stres *family caregiver* pasien kanker.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Family Caregiver Pasien Kanker

Family caregiver diharapkan dapat melakukan terapi tertawa secara tepat dan teratur untuk menurunkan stres yang dirasakan selama menjadi *caregiver*.

7.2.2 Bagi Pasien Kanker

Pasien kanker diharapkan dapat mendukung *family caregiver* mengikuti terapi tertawa karena dapat menurunkan stres *family caregiver* itu sendiri sehingga berdampak pada perawatan yang lebih optimal.

7.2.3 Bagi Perawat Paliatif

Perawat paliatif diharapkan dapat menerapkan terapi tertawa sebagai salah satu pilihan terapi non-farmakologis untuk mengatasi stres *family caregiver* pasien kanker.

7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan metode terapi tertawa berkelompok dan jumlah responden yang lebih banyak. Peneliti juga berharap agar peneliti selanjutnya dapat memodifikasi desain penelitian berupa *quasy experiment desing* dengan melibatkan kelompok kontrol dan menambah variabel dependen yang dinilai yaitu, kualitas hidup dan insomnia.

7.2.5 Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap institusi pendidikan dapat menggunakan penelitian ini sebagai sumber informasi teoritis dalam mengembangkan terapi tertawa untuk mengatasi stres terhadap *family caregiver* pasien kanker.

7.2.6 Bagi Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian diharapkan dapat menggunakan terapi tertawa sebagai alternatif mengatasi stres *family caregiver* pasien kanker.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ardiansyah AO. Deteksi Dini Kanker. Purwanto H, editor. Airlangga University Press. Surabaya; 2019. 5–6 p.
2. Kowalak. Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta: EGC; 2011.
3. Min H, Mobahi H, Irvin K, Avramovic S, Wojtusiak J. Predicting Activities of Daily Living for Cancer Patients Using an Ontology-guided Machine Learning Methodology. *J Biomed Semantics*. 2017;8(1):1–8.
4. Jite IE, Adetunji AA, Folasire AM, Akinyemi JO, Bello S. Caregiver Burden and Associated Factors Amongst Carers of Women with Advanced Breast Cancer Attending a Radiation Oncology Clinic in Nigeria. *African J Prim Heal Care Fam Med*. 2021;13(1):1–8.
5. Kementerian Kesehatan RI. Kurikulum Pendampingan Lanjut Usia Bagi Caregiver. 2019;322.
6. Kulkarni P, Kulkarni P, Ghooi R, Bhatwadekar M, Thatte N, Anavkar V. Stress Among Caregivers: The Impact of Nursing a Relative With Cancer. *Indian J Palliat Care*. 2014;20(1):31–9.
7. Nuraini A, Hartini N. Peran Acceptance and Commitment Therapy (Act) untuk Menurunkan Stres pada Family Caregiver Pasien Kanker Payudara. *J Ilmu Kel dan Konsum*. 2021;14(1):27–39.
8. The Global Cancer Observatory. Cancer Incident in Indonesia. *Int Agency Res Cancer*. 2020;858:1–2.
9. Infodatin. Beban Kanker di Indonesia. *Pus Data dan Inf Kemeterian Kesehat RI*. 2019;1–16.
10. National Alliance for Caregiving AA of RP. Caregiving in the U . S . Main. 2020;(November):1–79.
11. Werdani YDW. Effect of Cancer Related Fatigue tTo the Level of Independence of Cancer Patients and Caregiver Stress Level. *Folia Medica Indones*. 2018;54(2):108.
12. Akimbekov NS, Razzaque MS. Laughter Therapy: A Humor-induced Hormonal Intervention to Reduce Stress and Anxiety. *Curr Res Physiol*. 2021;4(April):135–8.
13. Makki I. Menuju Senja Indah. Ndolu F, editor. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2020. 4 p.

14. LeSeure P. The Experience of Caregivers Living with Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-Synthesis. *J Pers Med*. 2015;5:406–39.
15. National Hospice and Palliative Care Organization. Caregiver Activities , Duties and Responsibilities. *caringinfo*. 2021. p. 10–2.
16. Werdani YDW. Pengaruh Caregiving Pada Pasien Kanker Terhadap Tingkat Caregiver Burden. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*. 2018;5(3):249–56.
17. Vanchapo A rino. *Beban Kerja dan Stres Kerja* - Google Books. Jakarta: EGC; 2020.
18. Gunarya. *Bersahabat Dengan Stress*. Modul MD10. 2011;1–18.
19. James P.Herman, Jesica M, Sriparna, Brittany BM. Regulation of the Hypothalamic-Pituitary-adrenocortical Stress Response. *HHS Public Access*. 2016;6(2):603–21.
20. Habib. The Impact of Stress On Body Function: A review. *EXCLI J*. 2017;16:1057–72.
21. Umamah F, Hidayah L. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Uptd Griya Wreda Surabaya. *J Heal Sci*. 2018;10(1):66–75.
22. Winter G. Laughter therapy. *Nurs Stand*. 2012;21(14–16):28–9.
23. Dexter. The Laughter Prescription: A Tool For Lifestyle Medicine. *Am J Lifestyle Med*. 2016;10:262–7.
24. Hatzipapas I, Visser MJ, van Rensburg EJ. Laughter Therapy as an Intervention to Promote Psychological Well-being of Volunteer Community Care Workers Working With HIV-Affected Families. *Sahara J J Soc Aspec HIV/AIDS*. 2017;14(1):202–12.
25. Samodara C, Palandeng H, Kallo V. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stres Psikologis Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha Kota Manado. *J Keperawatan UNSRAT*. 2015;3(2):111814.
26. Kim SH, Kim YH, Kim HJ. Laughter and Stress Relief in Cancer Patients: A Pilot Study. *Evidence-based Complement Altern Med*. 2015;2015.
27. Karo MB. Pengaruh Laughter Therapy Terhadap Ansietas Tingkat 1 STIKES Santa Elisabeth Medan Tahun 2016. *Elisabeth Heal J*. 2016;1(2):104–15.

28. You E, Choi YH. The Effects of Laughter Therapy On Pain and Anxiety Among Patients With Postmastectomy. *J East-West Nurs Res*. 2012;18(1):47–52.
29. Morishima T, Miyashiro I, Inoue N, Kitasaka M, Akazawa T, Higino A, et al. Effects of Laughter Therapy on Quality of Life in Patients With Cancer: An Open-Label, Randomized Controlled Trial. *PLoS One*. 2019;14(6):1–15.
30. Sakai T. A Trial of Improvement of Immunity in Cancer Patients by Laughter Therapy. *J or Japan Hosp Assoc*. 2013;(32):53–9.
31. Tage PKS. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi di Panti Sosial Budi Agung Kupang. *J Community Heal Nurs* 2. 2014;2(2):1–11.
32. Idris DNT, Astarani K. Efektivitas Terapi Tertawa terhadap Insomnia dan Tekanan Darah pada Lansia. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*. 2019;6(3):339–47.
33. Yoshikawa Y, Ohmaki E, Kawahata H, Maekawa Y, Ogihara T, Morishita R, et al. Beneficial Effect of Laughter Therapy on Physiological and Psychological Function in Elders. *Nurs Open*. 2019;6(1):93–9.
34. Yim JE. Therapeutic benefits of laughter in mental health: A theoretical review. *Tohoku J Exp Med*. 2016;239(3):243–9.
35. Witantri AD, Rahmawati A. Literatur Review : Kaitan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Stres Pada Penderita Hipertensi. *J Ilm Pannmed*. 2021;16(1):96–100.
36. Hatzipapas I. Laughter Therapy as an Intervention to Promote Psychological Well-Being Of Volunter Communitycare Workers Working With HIV-affected Families. *Sahara J J Soc Aspec HIV/AIDS*. 2017;14 No 1:201–11.
37. Selly G, Tarigan D. Pengaruh Terapi Tertawa terhadap Penurunan Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Autis. *J Psikol*. 2018;1–8.
38. Nainggolan NJ, Hidajat LL. Profil Kepribadian Dan Psychological Well-Being Caregiver Skizofenia. *J Soul*. 2013;6(1):21–42.
39. Barrett S. Caregiver care. *Philadelphia, Pennysylvania Am Fam Physician*. 2011;83(11):1310–1217.
40. Niman S. Pengalaman Family Caregiverdalam Merawat Anggota Keluarga Yang Mengalami Gangguan Jiwa. *J Keperawatan Jiwa*. 2019;7(1):19.

41. Briggs R. Caregiving Daughters: Accepting the Role of Caregiver for Elderly. 1st ed. Brunchey S, editor. New York: Routledge; 2014. 23–24 p.
42. Sihanto R, Utami D, Laksmidewi A, Adnyana I, Widyadharma I, Budiarsa I, et al. High Cortisol Levels As A Risk Factor For Poor Sleep Quality In Informal Caregiver Breast Cancer Patients At Sanglah Hospital Denpasar. *Int J Med Rev Case Reports*. 2021;(0):1.
43. Muslim M. Manajemen Stres Upaya Mengubah Kecemasan Menjadi Sukses. *ESENSI*. 2015;18(2):10–7.
44. Fink G. Stress : Concepts , Cognition , Emotion , and Behavior. Fink, editor. London: Academic Press; 2016. 3–9 p.
45. Riza. Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Parktikum. 2016;1(2):52–61.
46. Kilik LA, Hopkins RW. The Relationship between Caregiver Stress and Behavioural Changes in Dementia. *OBM Geriatr*. 2019;3(2):1–16.
47. Fitriah S. Hubungan Tingkat Stres dengan Strategi Koping Keluarga Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Daerah Istimewa Yogyakarta. *Univ Gadjah Mada*. 2019;2–3.
48. Hopkins RW, Kilik LA. The Kingston Caregiver Stress Scale. Queen's Univ Kingst Ontario Canada. 2016;613:1–8.
49. Ghofar A. Cara Mudah Mengenal dan Mengobati Kanker. Yogyakarta: Flaminggo; 2015.
50. Nisa fatmah Z. Bahan Pangan Pencegah Kanker. Siti, editor. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2021.
51. Fuaahdiyah. Buku Ajar Gizi dan Kanker. Malang: Universitas Brawijaya Press; 2017.
52. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Edisi 4. Lestari PP, editor. Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2015.
53. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Edisi 5. Peni, editor. Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2020.
54. Yusup F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *J Tarb J Ilm Kependidikan*. 2018;7(1):17–23.
55. Kim. Laughter Terapi Prosedure. 2015.

56. Pitsikali A, Galanakis M, Varvogli L, Darviri C. Kingston Caregiver Stress Scale (KCSS) Greek Validation on Dementia Caregiver Sample. *Psychology*. 2015;06(09):1180–6.
57. Agung A. *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Denpasar: ABpublishER; 2017.
58. Juwarti J, Wuryaningsih EW, A`la MZ. Hubungan Self Compassion dengan Stres Family Caregiver Orang Dengan Skizofrenia (ODS) di Wilayah Kerja Puskesmas Mumbulsari Kabupaten Jember. *Pustaka Kesehat*. 2018;6(2):298.
59. Prabhuswami. Family Burden And Stress Among Caregiver Of Oral Cancer Patients At Krishna Hospital Karad Family Burden And Stress Among Caregiver Of Oral Cancer Patients At Krishna. 2017;(March).
60. Barus DJ, Simamora M, Pardede JA, Simanjuntak GV. Beban Keluarga sebagai Caregiver Orang dengan HIV/AIDS. *J Kesehat*. 2020;11(3):442.
61. Kountul YP, Kolibu FK, Korompis GEC. Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*. 2018;7(5):1-7III.
62. Chapter F. ‘ The Female Brain .’ 2014;
63. Siska. Darmabakti Cendekia : Caregiver Training On Care For People With. Dharmabakti Cendikia. 2020;02:1–3.
64. Pardede Ja, Hasibuan Ek. Lamanya Perawatan Pasien Skizofrenia Rawat Jalan Dengan Tingkat Stres Keluarga. *Indones Trust Heal J*. 2020;3(1):283–8.
65. Dewi EU. Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Rw 06 Kelurahan Darmo Surabaya. *J Keperawatan*. 2018;7(1).
66. Sumangkut C., Boham A, Marentek EA. Peran Komunikasi Antar Pribadi Perawat Dengan Pasien Gangguan Jiwa Di Rumah Sakit Ratumbuysang Manado. *J Chem Inf Model*. 2013;53(9):1689–99.
67. Jannah AA, Ardiana A, Purwandari R. Hubungan Perilaku Caring Perawat Dengan Tingkat Harapan Sembuh Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Program Kemoterapi Di Rumah Sakit Baladhika Husada Jember. *Bul Penelit Sist Kesehat*. 2020;23(3):169–77.
68. Tiara. Perawat dalam meningkatkan kepuasan pasien rawat inap. 2013;IX(2).

69. Kurniawan D. The Miracle of Endorphine. 2015. 6–15 p.
70. Desinta S. Terapi Tawa untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi. *J Psikol*. 2013;40(1):15–27.
71. Dexter. Enhanced Reader (1).pdf. 2020. p. 135–51.
72. Rifani DA, Rahadi DR. Ketidakstabilan Emosi dan Mood Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19. *J Manaj Bisnis*. 2021;18(1):22–34.
73. Lukasz. 17c4a76e-8df8-4782-a851-1ac9f25b59ac.pdf.
74. Nadhiroh Yf. Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia). *J Saintifika Islam*. 2017;2(1):53–63.
75. Yama H. Laugh and Laughter as Adaptation in Human Being. 2019;(January):156–75.
76. Hartz SM, Olfson E, Culverhouse R, Cavazos-Rehg P, Chen LS, Dubois J, et al. Return of individual genetic results in a high-risk sample: Enthusiasm and positive behavioral change. *Genet Med* [Internet]. 2015;17(5):374–9. Available from: <https://doi.org/10.1038/gim.2014.110>
77. Mustika Suci IS. Analisis Hubungan Faktor Individu Dan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja. *Indones J Occup Saf Heal*. 2018;7(2):220.