

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik *caregiver*

Mayoritas *caregiver* berumur dibawah 60 tahun, berjenis kelamin perempuan, suku jawa, dengan mayoritas beragama islam, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT), pendidikan terakhir SMA, dengan diagnosa anggota keluarga yang menderita *life limiting illness* yaitu stroke, lama merawat selama 1 minggu - 5 tahun, mayoritas *caregiver* tidak mempunyai riwayat penyakit sebelumnya dan mayoritas *caregiver* tidak menderita penyakit selama menjadi *caregiver*.

2. Gambaran stres *caregiver*

Mayoritas *caregiver* mengalami stres dengan kriteria merasa sangat terbebani, menangis tanpa kontrol, mengalami stres dan tingkat kesehatan yang buruk.

B. Saran

1. Untuk Institusi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas Gamping 1)

Membentuk *self help group* untuk *caregiver* dengan penyakit *life limiting illness* sehingga pelayanan kesehatan tidak hanya difokuskan kepada pasien melainkan juga kepada *caregiver*, hal ini dikarenakan *caregiver* sangat berpotensi mengalami gangguan fisik maupun psikologis.

2. Untuk *caregiver*

Perbanyak berzikir dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, karenan dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT maka jiwa dan raga akan merasa tenang sehingga akan lebih santai dalam menghadapi masalah-masalah dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu keluarga juga bisa bergantian untuk bertanggung jawab dalam melakukan perawatan kepada anggota keluarganya sehingga beban fisik maupun psikis tidak hanya terfokus pada satu orang *caregiver* saja dan hal ini juga dapat memberikan kesempatan pada *caregiver* primer untuk beristirahat sehingga dapat mencegah terjadinya stres secara berlebihan yang merupakan dampak dari perawatan yang diberikan secara terus-menerus. selain itu *caregiver* juga bisa mendorong pasien untuk melakukan aktivitas secara mandiri sehingga tidak terlalu membebani keluarga sebagai *caregiver*.

3. Peneliti selanjutnya

Melakukan penelitian terhadap tingkat stres *caregiver* pada area *self help group* yang telah dibentuk sebelumnya.