

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa efek samping pengobatan ARV mencakup keluhan fisik seperti perubahan pada rambut, berat badan, dan bentuk tubuh, serta gangguan pencernaan dan masalah seksual, yang dapat memengaruhi kepercayaan diri dan kualitas hidup pasien. Masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan kelelahan kronis, juga menjadi perhatian utama dalam pengelolaan pasien HIV/AIDS. *Self-management* yang baik dipengaruhi oleh hubungan positif dengan tenaga kesehatan, dukungan sosial, dan kemampuan pasien untuk menerima HIV sebagai kondisi kronis. Komunikasi terbuka dengan tenaga kesehatan dapat meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan memberikan dukungan emosional, sementara dukungan keluarga dan teman membantu pasien mengatasi tantangan emosional.

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara efek samping ARV dan kemampuan *self-management* pasien, dengan p-value yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kedua variabel tidak berkorelasi langsung, *self-management* tetap penting dalam membantu pasien menghadapi efek samping. Pasien dengan kemampuan *self-management* yang baik cenderung lebih efektif mengelola tantangan yang muncul selama terapi ARV. Pendekatan holistik yang melibatkan edukasi, dukungan sosial, dan teknologi dapat mendukung pengelolaan efek samping dan menjaga *self-management* pasien tetap optimal, yang berkontribusi pada keberhasilan terapi ARV bagi pasien HIV/AIDS.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Tenaga Kesehatan/Praktisi**

Tenaga kesehatan perlu memberikan pendekatan personal, edukasi yang tepat, serta dukungan sosial dan pemantauan rutin, seperti memberikan informasi tentang pengelolaan efek samping ARV,

menggunakan aplikasi pengingat obat, serta melibatkan keluarga dalam mendukung pasien untuk meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan.

#### **5.2 2 Responden**

untuk aktif dalam berkomunikasi dengan tenaga kesehatan mengenai efek samping yang dialami, mengikuti edukasi mengenai pengelolaan pengobatan ARV, serta memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan komunitas untuk meningkatkan kemampuan *self-management* mereka.

#### **5.2 3 Peneliti Selanjutnya**

Disarankan untuk memperluas cakupan dengan melibatkan pasien HIV/AIDS yang baru menjalani pengobatan ARV kurang dari 6 bulan. Fokus pada kelompok ini penting untuk memahami dampak awal terapi ARV terhadap efek samping dan kemampuan *self-management*. Penelitian dapat menggali bagaimana pasien beradaptasi dengan pengobatan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pengobatan dan strategi *self-management*, termasuk dukungan sosial dan kondisi psikologis. Disarankan juga untuk memperluas sampel penelitian guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan meningkatkan generalisasi hasil.