

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Pasien kanker payudara memiliki masalah kesehatan pada aktivitas tidur dan istirahatnya yang disebabkan oleh beberapa hal yaitu merasakan nyeri, merasakan efek samping dari pengobatannya atau terapi kanker yang lain memberikan efek seperti diare, mual dan muntah rasa tidak nyaman seperti terbakar, lingkungan kebisingan, suhu dan cahaya, gaya hidup seperti kondisi emosional, pola makan rutinitas tidur olahraga, , serta dampak psikologis dari kanker itu sendiri (Anggraini, Marfuah & Puspasari, 2020). Berdasarkan hasil penerapan *evidence based nursing* yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Kanker Payudara Dan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Di Ruang Onkologi RSPAD Gatot Soebroto”, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Dalam melakukan proses asuhan keperawatan pada pasien di ruang onkologi RSPAD Gatot Soebroto dilakukan dengan melakukan tahapan pengkajian keperawatan, menegakkan diagnosa keperawatan, membuat rencana tindakan keperawatan, melakukan implemantasi keperawatan yang dalam tindakannya terdapat penggunaan terapi relaksasi benson serta mengevaluasi dari tindakan keperawatan yang sudah dilakukan kepada pasien
- b. Diagnosa keperawatan pada pasien kelolaan Ny.R didapatkan 3 hasil diagnosa, nyeri kronis, gangguan pola tidur dan kelelahan. Pada pasien resume Ny.A didapatkan hasil 3 diagnosa yaitu defisit nutrisi, gangguan pola tidur dan kelelahan.
- c. Masalah gangguan pola tidur pada pasien kelolaan dan pasien resume diberikan intervensi sesuai *evidence based nursing*, yaitu terapi relaksasi benson yang diberikan selama 20 menit 2x sehari pagi dan sore hari dalam 5 hari berturut-turut.
- d. Penilaian kualitas tidur pasien secara objektif dilakukan menggunakan intrumen PSQI. Dimana skor akhir dari penialain kualitas tidur pasien

kelolaan setelah diberikan intervensi adalah 6 dari 15, mengalami penurunan yang signifikan dan peningkatan kualitas tidur yang jauh dari sebelumnya. Pada pasien resume mendapatkan skor akhir 7 dari 16 juga mengalami penurunan secara signifikan dan adanya peningkatan kualitas tidur.

- e. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan pemberian terapi relaksasi benson mampu meningkatkan kualitas tidur pasien dengan masalah kesehatan kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi di ruang onkologi dengan masalah gangguan pola tidur.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pasien

Bagi penderita kanker payudara dapat menjadikan terapi relaksasi benson ini sebagai terapi tambahan untuk membantu meningkatkan kualitas tidur serta menjadikan buku sebagai sebuah sarana penambah wawasan mengenai kanker payudara, gangguan tidur dan prosedur terapi relaksasi benson.

V.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Terapi relaksasi benson ini bisa menjadi salah satu terapi inovasi yang bisa diaplikasikan pada pasien kanker payudara dengan gangguan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pasien, serta menjadikan buku sebagai salah satu sarana edukasi bagi pasien kanker payudara yang memiliki kualitas tidur buruk atau gangguan tidur.

V.2.3 Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan intervensi inovasi ini nantinya akan bermanfaat bagi bidang keperawatan untuk di implementasikan kepada pasien kanker payudara, dan menjadi acuan untuk mengembangkan terapi-terapi lainnya yang dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara.

V.2.4 Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan intervensi inovasi ini menjadi bahan bagi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara ataupun pasien yang mengalami kualitas tidur buruk bahkan gangguan tidur. Selain itu, juga dapat dilakukan edukasi atau penyuluhan ke masyarakat mengenai intervensi inovasi ini.