

BAB V

PENUTUP

Bab penutup ini akan menguraikan kesimpulan dan saran dari penulisan karya tulis ilmiah yang telah dilakukan yaitu, Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Keluarga Ibu J khususnya Ibu J dengan masalah Hernia Nukleus Pulposus sejak 3 tahun lalu.

V.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan pengkajian, menentukan diagnosa, menyusun intervensi, melakukan implementasi keperawatan dan menyusun evaluasi keperawatan didapatkan kesimpulan hasil sebagai berikut

a. Pengkajian

Pengkajian pada Ibu J didapatkan hasil memiliki masalah kesehatan Hernia Nukleus Pulposus sejak 3 tahun lalu. Penyakit ini diduga timbul akibat kebiasaan mengangkat beban berat sejak usia muda serta riwayat jatuh yang dialami tiga tahun lalu. Ibu J mengeluhkan nyeri yang kambuh pada tulang belakang bagian pinggul yang menjalar ke kakinya, dengan tingkat nyeri mencapai skala 5. Nyeri ini semakin membatasi aktivitas sehari-hari, sehingga Ibu J mengandalkan tongkat untuk berjalan. Selain itu, keluarga masih kurang memahami bagaimana cara memberikan perawatan yang optimal bagi Ibu J dan lebih mengandalkan kunjungan kontrol bulanan ke rumah sakit dibandingkan dengan terapi rutin. Keluarga telah berupaya melakukan modifikasi lingkungan untuk mengurangi risiko jatuh, namun kondisi jalanan sekitar rumah yang berbatu dan bertanjakan tetap menjadi faktor risiko bagi jatuh pada Ibu J. Dari 5 tugas keluarga, keluarga Ibu J khususnya Ibu J belum mampu untuk melakukan tugas kesehatan keluarga khususnya merawat anggota keluarga yang sakit.

b. Diagnosa

Diagnosa yang didapatkan pada keluarga Ibu J pertama yang ditegaskan dalam kasus ini yaitu Manajemen kesehatan tidak efektif (SDKI: D.0116, halaman 85) yang berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga, khususnya Ibu J. Hasil skoring terhadap masalah ini menunjukkan nilai $4 \frac{1}{2}$, yang mengindikasikan bahwa masalah ini membutuhkan perhatian dan intervensi lebih lanjut. Diagnosa kedua yaitu risiko jatuh berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit pada keluarga ibu J khususnya ibu J dengan masalah Hernia Nucleus Pulposus. Berdasarkan hasil skoring, masalah ini mendapatkan nilai $3 \frac{2}{3}$, yang menunjukkan bahwa risiko jatuh cukup tinggi dan perlu intervensi segera untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

c. Intervensi

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Keluarga Ibu J khususnya Ibu J meliputi TUK 1 dan TUK 2 yang memberikan edukasi kesehatan mengenai HNP dan faktor risiko jatuh serta mengkaji isu pandangan keluarga. TUK 3 yaitu terapi non-farmakologi dengan metode teknik *mckenzie exercise*, kompres hangat-dingin untuk mengurangi rasa nyeri, pelatihan *balance exercise*, menganjurkan melebarkan jarak kedua kaki untuk meningkatkan keseimbangan saat sendiri. TUK 4 yaitu melakukan modifikasi lingkungan. Lalu pada TUK 5 memotivasi keluarga dalam mendukung perawatan Ibu J dengan memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia.

d. Implementasi

Penulis memberikan berbagai tindakan dilakukan secara bertahap sesuai dengan rencana yang telah disusun. Pada TUK 1 memberikan edukasi kesehatan mengenai HNP dan faktor risiko jatuh diberikan melalui diskusi interaktif, penggunaan media seperti leaflet dan ppt. TUK 2 yaitu meninjau tanggapan terkait isu dari pandangan yang berbeda lalu meluruskan pandangan tersebut dengan menghargai hak pasien untuk menerima dan

menolak informasi yang diberikan. Pada TUK 3 serta demonstrasi langsung tentang teknik latihan yang dapat dilaksanakan oleh Ibu J yaitu teknik *mckenzie exercise*, kompres hangat-dingin untuk mengurangi rasa nyeri, pelatihan *balance exercise* relaksasi otot progresif dan menganjurkan melebarkan jarak kedua kaki untuk meningkatkan keseimbangan saat sendiri. TUK 4 melakukan modifikasi lingkungan dengan menciptakan lingkungan yang aman dan bersih dengan memperhtikan lantai rumah agar tidak licin dan pada TUK 5 memotivasi keluarga lebih aktif dalam mendukung perawatan Ibu J dengan meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan yang tersedia.

e. Evaluasi

Hasil dari implementasi keperawatan yang dilakukan oleh keluarga menunjukkan bahwa mereka mampu memahami informasi yang diberikan serta dapat mencapai tujuan yang ditetapkan. Pada TUK 1 tercapainya keluarga dapat mampu mengenal masalah setelah diberikan edukasi melalui media ppt dan leaflet media dapat dipahami dan dibaca dengan baik oleh klien. Pada TUK 2 yaitu tercapainya keluarga dengan meluruskan terkait isu bahwa operasi belum tentu memberikan kesembuhan sepenuhnya, keluarga dapat menerima informasi yang diberikan penulis. Lalu pada TUK 3 dicapai oleh keluarga Ibu J masalah teratasi dengan keluarga mampu melakukan perawatan sederhana yaitu melakukan demonstrasi *mckenzie exercise*, kompres hangat-dingin untuk mengurangi rasa nyeri, pelatihan *balance exercise*, melakukan relaksasi otot progresif dan menganjurkan melebarkan jarak kedua kaki untuk meningkatkan keseimbangan saat sendiri. Selanjutnya pada TUK 4 tercapainya keluarga mampu memodifikasi lingkungan menciptakan lingkungan yang aman, tenang dan bersih dengan memperhtikan lantai rumah agar tidak licin. Lalu pada TUK 5 tercapainya keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan yang tersedia dan terdekat serta

tercapainya keluarga menunjukkan komitmen dalam menjalankan terapi serta perawatan yang diperlukan.

V.2 Saran

Berdasarkan asuhan keperawatan yang diberikan kepada keluarga Ibu J, khususnya terkait masalah kesehatan yang dihadapinya yaitu Hernia Nukleus Pulposus, maka dari itu penulis memberikan beberapa saran, antara lain:

a. Keluarga

Keluarga diharapkan untuk lebih proaktif dalam memberikan dukungan kepada Ibu J dengan memastikan ia mendapatkan perawatan yang tepat. Upaya untuk memodifikasi lingkungan sebaiknya terus dilanjutkan agar rumah menjadi lebih aman dan nyaman bagi Ibu J. Selain itu, keluarga juga perlu mempertimbangkan peningkatan frekuensi terapi atau mencari alternatif terapi yang lebih terjangkau agar perawatan Ibu J dapat dilakukan secara lebih optimal.

b. Klien

Ibu J disarankan untuk terus melaksanakan latihan fisik yang telah diajarkan, seperti McKenzie Exercise 15-20 menit per sesi, dengan frekuensi 3 kali per minggu serta peregangan ringan, guna menjaga fleksibilitas dan kekuatan otot. Selain itu, penggunaan kompres hangat dan dingin sebaiknya dilakukan secara rutin untuk membantu meredakan nyeri. Ibu J juga perlu lebih proaktif dalam mengontrol kesehatannya dengan menjalani pemeriksaan secara berkala dan mengikuti terapi yang telah dianjurkan.

c. Layanan Kesehatan

Perawat dan klinik/puskesmas di sekitar rumah klien disarankan membangun komunikasi bina saling percaya dalam mengkaji keluarga. Pengkajian dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama mencakup penilaian awal, seperti data umum, riwayat keluarga, stres, coping, penyesuaian, dan harapan keluarga. Tahap kedua berfokus pada lima tugas

kesehatan keluarga, yaitu mengenali masalah, menentukan intervensi, merawat anggota keluarga yang sakit, menjaga lingkungan sehat, dan memanfaatkan fasilitas kesehatan. Selain itu, tenaga kesehatan dapat mengajarkan terapi non-farmakologi, seperti relaksasi otot progresif, *mckenzie exercise*, *balance exercise* untuk membantu pengobatan mandiri di rumah dan menurunkan tekanan nyeri punggung belakang pada pasien hernia nukleus pulposus serta mencegah risiko jatuh. Puskesmas dapat memperkuat kerja sama dengan tenaga kesehatan lainnya, seperti fisioterapis dan ahli gizi, agar pendekatan perawatan yang diberikan lebih holistik. Selain itu, penting untuk melakukan pemantauan berkala terhadap pasien demi memastikan kepatuhan terhadap terapi serta mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut.

d. Institusi Pendidikan Kesehatan

Dari pembahasan di atas, diharapkan institusi pendidikan kesehatan dapat menjadikan komunikasi efektif dengan penggunaan bahasa yang mudah dipahami oleh masyarakat sebagai *role model* dalam pembelajaran mahasiswa. Dapat dijadikan masukan bagi mahasiswa untuk menambah wawasan pengetahuan tentang Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Masalah Hernia Nukleus Pulposus. Selain itu, disarankan untuk memperluas penerapan tindakan keperawatan, tidak hanya terbatas pada terapi relaksasi otot progresif, McKenzie Exercise, dan Balance Exercise, tetapi juga memperkenalkan berbagai teknik terapi non-farmakologi lainnya yang dapat diterapkan pada penderita Hernia Nucleus Pulposus guna meningkatkan kualitas hidup mereka.