

BAB III

LAPORAN HASIL KELOLAAN UTAMA

A. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian dalam kasus kelolaan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini menggunakan 2 pasien kelolaan dengan diagnosis kanker payudara di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan . Pengkajian dilakukan pada hari yang berbeda yaitu Pasien I (Pasien 1) pada hari Jumat, 11 April 2024 pukul 16.00 wita dan pasien II pada hari Sabtu, 12 April 2025 pukul 09.00 wita. Berdasarkan hasil pengkajian pada pasien kelolaan didapatkan data sebagai berikut :

1. Identitas pasien

Pasien 1		Pasien 2	
Nama	: Ny.L	Nama	: Ny.G
Tanggal Lahir	: 15 Oktober 1973	Tanggal Lahir	: 5 November 1982
Umur	: 52 tahun	Umur	: 43 tahun
Jenis kelamin	: Perempuan	Jenis kelamin	: Perempuan
Agama	: Hindu	Agama	: Hindu
Pendidikan	: SMA	Pendidikan	: SMA
Pekerjaan	: Wirausaha	Pekerjaan	: Wirausaha
Alamat	Br.Tengah Jl.Tukad Yeh Biu G. SD 10 No.6,	Alamat	: Br. Graha Kerti
No.Telp	: 08199997xxxx	No.Telp.	: 08133761xxxx

2. Keluhan utama

Pasien 1	Pasien 2
Pasien mengatakan sulit tertidur saat malam hari karena gelisah, mual, dan memikirkan kondisinya selama menjalankan kemoterapi	Pasien mengatakan sulit tidur pada malam hari karena gelisah memikirkan kondisinya selama kemoterapi, merasa tidak nyaman,mual dan sesak saat berbaring.

3. Riwayat kesehatan dahulu

Pasien 1	Pasien 2
Pasien mengatakan terdiagnosis menderita penyakit kanker payudara sejak awal tahun 2024. Awalnya pasien mengeluhkan adanya benjolan pada payudara sebelah kiri dan membesar serta menimbulkan rasa nyeri. Pasien sudah melakukan biopsi dan setelah hasil biopsy keluar oleh dokter pasien diinstruksikan untuk menjalankan kemoterapi sebanyak 6x dengan observasi. Setelah menjalankan kemoterapi sebanyak 6x pasien rencananya akan dijadwalkan untuk melakukan prosedur operasi pengangkatan payudara. Saat ini pasien telah menjalani kemoterapi ke 4. Selama menjalani kemoterapi pasien mengatakan lemas, mual dan muntah, dan kesulitan untuk tertidur sampai saat ini.	Pasien mengatakan terdiagnosis menderita kanker payudara sejak pertengahan tahun 2024 dengan keluhan ada benjolan di sekitar payudara namun diabaikan oleh pasien. Namun benjolan tersebut membesar dan menjadi luka terbuka dan mengeluarkan aroma yang menyengat sehingga pasien diajak keluarga untuk melakukan pemeriksaan ke rumah sakit terdekat. Pasien selanjutnya melakukan prosedur biopsi dan dinyatakan menderita penyakit kanker payudara. Setelah itu pasien diinstruksikan untuk menjalankan kemoterapi sebanyak 8 kali. Selama menjalankan kemoterapi pasien mengeluh mual, sesak saat tertidur, terasa kebas dan kesemutan pada tangan dan kaki. Saat ini pasien telah menjalani kemoterapi sebanyak 6 kali dengan jarak kemoterapi selanjutnya yaitu 3 minggu.

4. Riwayat kesehatan saat ini

Pasien 1	Pasien 2
Pasien mengatakan kondisinya saat ini merasa cepat Lelah saat beraktivitas, terkadang masih terasa mual, pusing, dan tidak nyaman pada tubuh yang mengganggu tidurnya pada malam hari. Keluhan yang dirasakan sudah dari pasien melakukan kemoterapi ke-1 sampai saat ini.	Pasien mengatakan kondisinya saat ini terasa lemas dan belum bisa beraktivitas seperti sebelumnya, terkadang masih merasa mual dan sesak saat tidur. Keluhan yang dirasakan timbul saat melakukan kemoterapi ke-5.

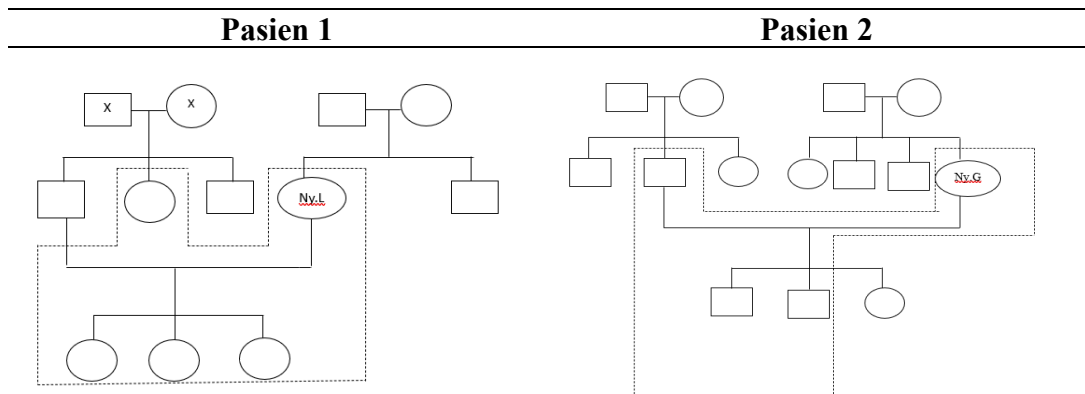
5. Riwayat Penyakit Keluarga

Pasien 1	Pasien 2
Pasien mengatakan tidak ada anggota keluarganya yang mengalami penyakit yang sama sepertinya dan tidak memiliki penyakit keturunan seperti hipertensi dan diabetes melitus.	Pasien mengatakan tidak ada anggota keluarganya yang mengalami penyakit yang sama sepertinya dan keluarganya memiliki Riwayat penyakit hipertensi yang diturunkan dari ayah pasien.

6. Riwayat pengobatan

Pasien 1	Pasien 2
Letrozole 2,5 mg 1x1 Paracetamol 650 mg k/p tiap 4 jam Tamofen tab 10 mg 1x1 (pasca kemoterapi)	Neurohax tab 200 mg 1x1 Paracetamol 500 mg 3x1 Vit B Complex 1x1

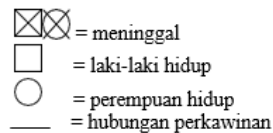
7. Genogram



Gambar 1 Genogram Keluarga Ny.L

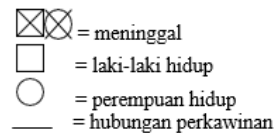
Gambar 2 Genogram Keluarga Ny.G

Keterangan :



Ny.L merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Ny.L menikah dengan Tn.A dan dikaruniai tiga anak. Saat ini Tn.A dan Ny.L hidup bersama ketiga anaknya.

Keterangan :



Ny.G merupakan anak keempat dari 4 bersaudara. Ny.G menikah dengan Tn.W dan dikaruniai tiga anak. Saat ini Tn.A dan Ny.G hidup bersama anak pertama dan anak kedua karena anak ketiga Ny.G dan Tn.W sudah menikah dan tinggal bersama suaminya.

8. Tinjauan sistem (pemeriksaan fisik)

Pemeriksaan fisik	Pasien 1	Pasien 2
Keadaan umum	Lemas	Lemas
Tekanan Darah	110/70 mmHg	130/80 mmHg
Nadi	80 x /menit	71 x/menit
Suhu	36,5°C	36,2°C
Respirasi	20 x/menit	20 x/menit
BB/TB/IMT	48 kg/158 cm/19,2 kg/m ²	53 kg/163 cm/19,6 kg/m ²
Kepala	Bentuk kepala normocephal, rambut tampak bersih dan beruban, tidak teraba	Bentuk kepala normocephal, rambut tampak bersih dan

	benjolan, dan tidak ada nyeri tekanan	beruban, tidak teraba benjolan, dan tidak ada nyeri tekanan
Mata	Tampak simetris, konjungtiva tidak anemis, pupil isokor, tidak menggunakan alat bantu penglihatan	Tampak simetris, konjungtiva tidak anemis, pupil isokor, tidak menggunakan alat bantu penglihatan
Hidung	Penghidu normal, tidak ada sekret/darah, tidak ada tarikan cuping hidung, dan fungsi indera penciuman normal	Penghidu normal, tidak ada sekret/darah, tidak ada tarikan cuping hidung, dan fungsi indera penciuman normal
Telinga	Tampak simetris, bersih, tidak ada serumen/darah, fungsi Indera pendengaran normal	Tampak simetris, bersih, tidak ada serumen/darah, fungsi Indera pendengaran normal
Mulut	Mukosa bibir kering, tidak terdapat lesi	Mukosa bibir kering, tidak terdapat lesi
Leher	Bentuk normal tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak ada pembesaran cerna jugularis.	Bentuk normal tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak ada pembesaran cerna jugularis.
Payudara	Bentuk tidak simetris, payudara kiri kecokelatan, payudara kanan sudah dilakukan pengangkatan payudara dengan kondisi luka bagus dan sudah kering	Bentuk tidak simetris, payudara kiri kecokelatan, payudara kanan sudah dilakukan pengangkatan payudara dengan kondisi luka bagus dan sudah kering
Abdomen	Tidak terdapat nyeri tekan, bising usus normal	Tidak terdapat nyeri tekan, bising usus normal
Ekstremitas	Capillary Refill Time (CRT) <3 detik, kuku tampak bersih, akral teraba hangat	Capillary Refill Time (CRT) <3 detik, kuku tampak bersih, akral teraba hangat

9. Data Biologis-Psikologis-Sosial-Spiritual

Data Biologis-Psikologis-Sosial- -Spiritual disajikan pada tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3
Pengkajian Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Dengan Terapi Relaksasi
Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja
UPTD Puskesmas Denpasar Selatan 1 Kota Denpasar Tahun 2025

No	Data Biologis	Pasien 1	Pasien 2
1	2	3	4
	1) Nutrisi dan cairan	Pasien mengatakan makan 3 kali sehari dengan nasi, lauk, dan sayur dan terkadang tidak menghabiskan 1 porsi penuh karena terasa mual. Pasien minum sebanyak ± 8 gelas dalam sehari.	Pasien mengatakan makan 3 kali dalam sehari dengan nasi, lauk, dan sayur dan terkadang tidak menghabiskan 1 porsi makanan karena terasa mual. Pasien minum sebanyak ± 6 gelas dalam sehari.
	2) Eliminasi	Pasien mengatakan frekuensi BAB 1x dalam sehari namun terkadang tidak teratur, BAK 5-6 x sehari. Tidak terdapat keluhan atau masalah dalam eliminasi pasien.	Pasien mengatakan frekuensi BAB 1x dalam sehari, BB 5-6 x sehari. Tidak terdapat keluhan atau masalah pada eliminasi pasien.
	3) Aktivitas dan istirahat	Pasien mengatakan sulit saat memulai tidur pada malam hari karena merasa gelisah, mual, dan tubuh terasa lemah, pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena memikirkan kondisinya, pasien merasa tidak puas tidur karena hanya bisa tertidur 4-5 jam, pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah, dan pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur.	Pasien mengatakan sulit tidur pada malam hari karena merasa gelisah dan mual seperti ingin muntah, pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena keluhan mual dan ssak saat terbaring yang dirasakan, pasien mengatakan merasa tidak puas tidur karena sering terbangun karena malam hari, pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah, dan pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur dan tubuhnya terasa lemah.
	4) Reproduksi seksualitas	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada organ	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada sistem

1	2	3	4
		reproduksinya dan selama sakit pasien jarang melakukan hubungan seksual karena kondisinya dan faktor usia.	reproduksinya dan pasien mengatakan sudah jarang berhubungan seksual karena faktor sakit dan faktor usia.
Data psikologis			
	1) Masalah perkawinan	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada pernikahannya	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada pernikahannya
	2) Integritas ego	Pasien mengatakan terkadang masih cemas dengan kondisi penyakitnya saat ini namun berusaha untuk mengikhlaskan dan berserah kepada tuhan karena percaya bahwa kondisinya saat ini merupakan anugerah dari Tuhan.	Pasien mengatakan masih merasa takut jika penyakitnya akan kambuh lagi dan akan lebih parah dari saat ini, namun pasien mengatakan banyak menerima dukungan dari keluarganya untuk selalu Ikhlas dan percaya akan kehendak Tuhan.
	3) Pertumbuhan dan perkembangan	Pasien mengatakan selama sakit tubuhnya mudah lemah sehingga mengurangi melakukan aktivitas yang berat dan perbanyak waktu untuk istirahat	Pasien mengatakan selama sakit tubuhnya mudah Lelah saat beraktivitas sehingga harus mengurangi aktivitas yang berat.
Data sosial			
	1) Interaksi sosial	Pasien mengatakan tidak mengalami masalah komunikasi antar keluarga ataupun tentangnya. Saat terdapat masalah, pasien dan keluarga mencari solusi dalam pemecahan masalah	Pasien mengatakan tidak mengalami masalah komunikasi antar keluarga ataupun tentangnya. Saat terdapat masalah, pasien dan keluarga mencari solusi dalam pemecahan masalah
	2) Penyuluhan dan pembelajaran	Pasien mengatakan pernah mendapatkan informasi mengenai deteksi dini kanker payudara dan cara pencegahannya melalui media online namun pasien tidak terlalu mnghraukan informasi tersebut.	Pasien mengatakan pernah mendapatkan informasi mengenai deteksi dini kanker payudara dan cara pencegahannya melalui media online namun pasien tidak terlalu mnghraukan informasi tersebut..

1	2	3	4
1) Keuangan	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada Keuangan dalam keluarga. Selama sakit suami pasien bekerja untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.	Pasien mengatakan tidak memiliki masalah pada Keuangan dalam keluarga. Selama sakit suami pasien bekerja untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.	
2) Pembiayaan Kesehatan	Pasien mengatakan pembiayaan kesehatan menggunakan BPJS Kesehatan dan pasien selalu rutin melakukan pembayaran setiap bulannya sesuai dengan tanggungan yang ditentukan. Untuk pengobatan yang tidak ditanggung oleh BPJS Kesehatan, pasien menggunakan dana pribadi yang berasal dari Tabungan pasien dan keluarga.	Pasien mengatakan pembiayaan kesehatan menggunakan BPJS Kesehatan dan pasien selalu rutin melakukan pembayaran setiap bulannya sesuai dengan tanggungan yang ditentukan. Untuk pengobatan yang tidak ditanggung oleh BPJS Kesehatan, pasien menggunakan dana pribadi yang berasal dari Tabungan pasien dan keluarga.	
Data Spiritual			
1) Kegiatan Ibadah	Pasien mengatakan rutih melakukan kegiatan ibadah (persembahyangan) bersama keluarganya untuk memohon kemudahan dalam proses penyembuhannya.	Pasien mengatakan rutih melakukan kegiatan ibadah (persembahyangan) bersama keluarganya untuk memohon kemudahan dalam proses penyembuhannya.	

B. Diagnosis Keperawatan

Analisa data pasien 1 dan pasien 2 disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 4
Analisa Data Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 1 Dengan Terapi Relaksasi Lima Jari Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Denpasar Selatan 1 Kota Denpasar Tahun 2025

Data Fokus	Etiologi	Masalah
------------	----------	---------

1	2	3
Data Subjektif :	Kanker Payudara	Gangguan pola tidur
- Pasien mengatakan sulit saat memulai tidur pada malam hari karena merasa gelisah, mual, dan tubuh terasa lemah.	↓	berhubungan dengan kurang kontrol tidur dibuktikan dengan pasien mengatakan sulit saat memulai tidur pada malam hari karena merasa gelisah, mual, dan tubuh terasa lemah, pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena memikirkan kondisinya,
- Pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena memikirkan kondisinya	Proses Pengobatan (Kemoterapi)	pasien merasa tidak puas tidur karena hanya bisa tertidur 4-5 jam, pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah, dan pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur.
- Pasien merasa tidak puas tidur karena hanya bisa tertidur 4-5 jam	↓	
- Pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah	Efek Samping Kemoterapi (mual, nyeri, hot flashes) dan Distress Psikologis (Kecemasan, Depresi)	
- Pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur.	↓	
	Ketidaknyaman fisik dan gelisah	
	↓	
	Sulit tertidur dan sering terbangun	
	↓	
	Gangguan Pola Tidur	

Tabel 5
Analisa Data Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 2 Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Lima Jari Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Denpasar Selatan 1 Kota Denpasar Tahun 2025

Data Fokus	Etiologi	Masalah
1	2	3
Data Subjektif :	Kanker Payudara	Gangguan pola tidur
- Pasien mengatakan kesulitan tidur pada malam hari karena gelisah memikirkan kondisi kesehatannya selama kemoterapi	↓	berhubungan dengan kurang kontrol tidur dibuktikan dengan pasien mengatakan sulit tidur pada malam hari karena merasa gelisah dan mual seperti ingin muntah, pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena keluhan mual dan ssak saat terbaring yang dirasakan,
- Pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena keluhan mual dan sesak saat terbaring yang dirasakan.	Proses Pengobatan (Kemoterapi)	pasien mengatakan merasa tidak puas tidur karena sering terbangun karena malam hari, pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah, dan pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur dan tubuhnya terasa lemah.
- Pasien merasa tidak puas tidur karena sering terbangun pada malam hari	↓	
- Pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah	Efek Samping Kemoterapi (mual, nyeri, hot flashes) dan Distress Psikologis (Kecemasan, Depresi)	
- Pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur	↓	
	Ketidaknyaman fisik dan gelisah	
	↓	
	Sulit tertidur dan sering terbangun	
	↓	

1	2	3
bangun tidur dan tubuhnya terasa lemah.	Gangguan Pola Tidur	
-		

C. Rencana Keperawatan

Rencana keperawatan pada pasien 1 dan 2 dengan masalah gangguan pola tidur disajikan pada tabel 6 dibawah ini :

Tabel 6

Rencana Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Dengan Terapi Relaksasi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Denpasar Selatan 1 Kota Denpasar Tahun 2025

Diagnosis Keperawatan (SDKI)	Tujuan Dan Kriteria Hasil (SLKI)	Intervensi Keperawatan (SIKI)
1	2	3
Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dibuktikan dengan pasien mengatakan sulit saat memulai tidur pada malam hari karena merasa gelisah, mual, dan tubuh terasa lemah, pasien mengatakan sering terjaga pada malam hari karena memikirkan kondisinya, pasien merasa tidak puas tidur karena hanya bisa tertidur 4-5 jam, pasien mengatakan sejak menjalankan kemoterapi pola tidurnya berubah, dan pasien mengatakan istirahatnya tidak cukup dan merasa tidak segar saat bangun tidur.	Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 x 30 menit kunjungan diharapkan Pola Tidur Membaik dengan kriteria hasil : 1. Keluhan sulit tidur menurun 2. Keluhan sering terjaga menurun 3. Keluhan tidak puas tidur menurun 4. Keluhan pola tidur berubah menurun	Dukungan Tidur Observasi : 1. Identifikasi pola aktivitas dan tidur 2. Identifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/atau psikologis) 3. Identifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur, seperti : kopi, teh, alkohol, jarak antara makan dengan tidur yang berdekatan, minum air dengan frekuensi yang banyak sebelum tidur. 4. Identifikasi obat tidur yang dikonsumsi Terapeutik : 1. Modifikasi lingkungan, seperti : pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur. 2. Batasi waktu tidur siang, jika perlu

1	2	3
		3. Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur 4. Tetapkan jadwal tidur rutin 5. Lakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan (terapi relaksasi lima jari) 6. Sesuaikan jadwal pemberian obat dan/atau Tindakan untuk menunjang siklus tidur-terjaga Edukasi : 7. Jelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit 8. Anjurkan menepati kebiasaan waktu tidur 9. Anjurkan menghindari makanan/minuman yang mengganggu tidur 10. Ajarkan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pola tidur (mis: psikologis, gaya hidup, sering berubah shift bekerja) 11. Ajarkan teknik relaksasi lima jari sebagai terapi nonfarmakologis. Kolaborasi : 12. Kolaborasi pemberian terapi farmakologis dengan pemberian obat kemoterapi untuk mengurangi efek samping asca kemoterapi dan obat analgetic (paracetamol tab) untuk meredakan rasa nyeri.

D. Implementasi Keperawatan

Implementasi asuhan keperawatan pada pasien 1 dan pasien 2 disajikan pada tabel 7 dibawah ini :

Tabel 7
Implementasi Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 1 Dengan Terapi Relaksasi Lima Jari Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Kota Denpasar Tahun 2025

Hari/Tanggal	Implementasi	Respon	Tanda Tangan
1	2	3	4
Jumat/11 April 2025 16.00 Wita	- Melaksanakan kunjungan ke rumah pasien - Membina hubungan saling percaya kepada pasien	- Pasien senang mengatakan dengan kehadiran perawat dan bersedia diberikan terapi - Pasien mengatakan mengeluh sulit tidur sejak menjalankan kemoterapi pertama sekitar 2 bulan yang lalu	Mita 
16.05 Wita	- Mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur pasien (penilaian menggunakan kuesioner <i>PSQI</i>) - Mengidentifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/atau psikologis) - Mengidentifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis: kopi, teh, alcohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur) - Mengidentifikasi obat tidur yang dikonsumsi	DS : - Pasien mengatakan tidak bisa melakukan aktivitas yang berat karena mudah Lelah - Pasien mengatakan tidur pada siang hari selama 1-2 jam dan jika setelah menjalani kemoterapi pasien biasanya tidur siang dengan waktu yang lebih lama karena merasa lelah - Pasien mengatakan merasa mual selama menjalankan kemoterapi dan tidak nyaman - Pasien mengatakan sering memikirkan penyakitnya saat ini dan cemas saat akan melakukan kemoterapi - Pasien mengatakan masih mengkonsumsi	Mita 

1	2	3	4
		kopi terutama pada pagi hari agar memiliki stamina yang bagus - Pasien mengatakan tidak pernah mengonsumsi obat tidur sebelum maupun sesudah sakit. DO : - Pasien tampak lemas - Pasien tampak kooperatif dalam menjawab pertanyaan yang diajukan - Hasil penilaian skor <i>PSQI</i> = 7 (skor >5 dalam kategori buruk)	
16.15 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) - Membatasi waktu tidur siang, jika perlu - Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur - Tetapkan jadwal tidur rutin	DS : - Pasien mengatakan kondisi lingkungannya cukup mendukung untuk membantu istirahatnya namun terkadang pasien merasa terganggu dengan kebisingan anggota keluarga lainnya. - Pasien mengatakan akan mencoba mengatur jam tidur siang. - Pasien mengatakan bersedia mengikuti jadwal tidur rutin yang ditetapkan bersama perawat	Mita 
16.20 Wita	- Menjelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit - Menganjurkan menepati kebiasaan waktu tidur - Menjurkan menghindari makanan/minuman yang mengganggu tidur - Mengajarkan faktor-faktor yang	DS : - Pasien mengatakan paham dengan penjelasan yang diberikan perawat - Pasien mengatakan akan mematuhi anjuran yang diberikan oleh perawat untuk memperbaiki pola tidurnya - Pasien mengatakan bersedia untuk	Mita 

1	2	3	4
	berkontribusi terhadap gangguan pola tidur (mis: psikologis, gaya hidup, sering berubah shift bekerja)	diberikan terapi relaksasi lima jari	
	- Memberikan inovasi terapi relaksasi lima jari selama 10 menit		
16.25 Wita	- Mengevaluasi respon pasien setelah diberikan relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan perasaannya tenang dan lebih rileks setelah melakukan terapi relaksasi lima jari - Pasien mengatakan pikirannya terfokus dengan cara untuk bisa cepat sembuh - Pasien mengatakan perasaan cemas yang dimiliki sedikit hilang dalam pikirannya - Pasien mengatakan akan melakukan terapi relaksasi lima jari dengan rutin DO : - Pasien tampak kooperatif - Pasien tampak rileks	Mita 
16.30 Wita	- Melakukan kontrak waktu pertemuan selanjutnya	DS : - Pasien mengatakan bisa dikunjungi kapan saja karena aktivitas pasien dihabiskan di rumah DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
Sabtu/12 April 2025 09.00 Wita	- Melakukan kunjungan ke-2 ke rumah pasien - Mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur pasien - Mengidentifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/atau psikologis)	DS : - Pasien mengatakan tidurnya cukup membaik saat melakukan relaksasi lima jari karena tubuhnya terasa lebih rileks - Pasien mengatakan efek mual pasca kemoterapi terkadang masih dirasakan pasien	Mita 

1	2	3	4
	- Mengidentifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis: kopi, teh, alcohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur)	- Pasien mengatakan sudah berusaha memfokuskan pikirannya agar cemas yang dirasakan berkurang - Pasien mengatakan sudah mengurangi mengkonsumsi kopi pada pagi hari dan digantikan dengan air/the hangat	
16.10 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) - Membatasi waktu tidur siang	DS : - Pasien mengatakan lingkungan disekitarnya cukup nyaman dan mendukung perbaikan pola tidurnya - Pasien mengatakan sudah membatasi waktu tidurnya di siang hari hanya 1-1,5 jam - Pasien sudah mengikuti kontrak waktu tidur yang dianjurkan perawat DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
16.15 Wita	- Mengobservasi kembali kemampuan pasien dalam melakukan terapi relaksasi lima jari - Memberikan inovasi terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan sudah melakukan relaksasi lima jari terutama pada malam hari saat menjelang tidur - Pasien mengatakan perasaannya lebih rileks dan nyaman	Mita 
16.30 Wita	- Mengevaluasi kondisi pasien setelah diberikan terapi relaksasi lima jari - Melakukan kontrak waktu untuk kunjungan selanjutnya	DS : - Pasien mengatakan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks DO : - Pasien tampak lebih nyaman	Mita 
Minggu/13 April 2025 09.00 Wita	- Melakukan kunjungan ketiga dan memberikan salam	DS : - Pasien mengatakan bisa beraktivitas ringan	Mita 

1	2	3	4
	- Mengidentifikasi aktivitas dan tidur pasien - Mengidentifikasi adanya faktor pengganggu tidur	dan rasa cepat lelah berkurang - Pasien mengatakan mual yang dirasakan pasca kemoterapi sudah membaik - Pasien mengatakan pola tidurnya membaik setelah melakukan relaksasi lima jari sebelum tidur	
09.10 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) - Memberikan terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan sudah nyaman dengan kondisi lingkungan sekitar pasien - Pasien mengatakan bersedia melakukan terapi relaksasi lima jari DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
09.20 Wita	- Mengevaluasi respon pasien sesudah diberikan terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan keluhan sulit tidur yang dirasakan sudah menurun dan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks - Pasien mengatakan pikirannya menjadi tenang dan fokus sehingga pasien tidak sering terjaga saat malam hari - Pasien mengatakan sudah puas dengan tidurnya karena bisa tidur dengan cukup sekitar 6-7 jam dan merasa segar saat bangun tidur - Pasien mengatakan pola tidurnya sudah lebih baik dari sebelumnya. DO : - Pasien tampak lebih tenang dan nyaman	Mita 

1	2	3	4
		- Keluhan pola tidur yang dirasakan berubah menurun - Hasil penilaian skor <i>PSQI</i> = 3 (skor <5, dalam kategori baik)	

Tabel 8
Implementasi Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 2 Dengan Terapi Relaksasi Lima Jari Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Kota Denpasar Tahun 2025

Hari/Tanggal	Implementasi	Respon	Tanda Tangan
1	2	3	4
Sabtu/12 April 2025 09.00 Wita	- Melaksanakan kunjungan ke rumah pasien - Membina hubungan saling percaya kepada pasien	- Pasien senang mengatakan dengan kehadiran perawat dan bersedia diberikan terapi - Pasien mengatakan mengeluh sulit tidur sejak menjalankan kemoterapi ke-5 karena sering merasa mual, sesak saat berbaring, dan perasaan tidak nyaman saat ingin tidur.	Mita 
09.10 Wita	- Mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur pasien (dinilai dengan kuesioner <i>PSQI</i>) - Mengidentifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/atau psikologis) - Mengidentifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis: kopi, teh, alcohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur) - Mengidentifikasi obat tidur yang dikonsumsi	DS : - Pasien mengatakan mudah terasa lelah saat melakukan aktivitas - Pasien mengatakan merasa sedikit mual sejak menjalankan kemoterapi kelima - Pasien mengatakan sering memikirkan penyakitnya saat ini dan cemas saat akan melakukan kemoterapi - Pasien mengatakan sejak sakit mengontrol pola makannya - Pasien mengatakan tidak pernah mengonsumsi obat tidur sebelum maupun sesudah sakit. DO :	Mita 

1	2	3	4
		- Pasien tampak lemas - Pasien tampak kooperatif dalam menjawab pertanyaan yang diajukan - Hasil penilaian dengan kuesioner <i>PSQI</i> = 7 (>5 dalam kategori buruk)	
09.15 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) - Membatasi waktu tidur siang, jika perlu - Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur - Tetapkan jadwal tidur rutin	DS : - Pasien mengatakan kondisi lingkungannya cukup mendukung untuk membantu istirahatnya - Pasien mengatakan ttidur siang hanya saat merasa lelah saja - Pasien mengatakan bersedia mengikuti jadwal tidur rutin yang ditetapkan bersama perawat.	Mita 
09.20 Wita	- Melaskan pentingnya tidur cukup selama sakit - Menganjurkan menepati kebiasaan waktu tidur - Menjurkan menghindari makanan/minuman yang mengganggu tidur - Mengajarkan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pola tidur (mis: psikologis, gaya hidup, sering berubah shift bekerja) - Memberikan inovasi terapi relaksasi lima jari selama 10 menit	DS : - Pasien mengatakan paham dengan penjelasan yang diberikan perawat - Pasien mengatakan akan mematuhi anjuran yang diberikan oleh perawat untuk memperbaiki pola tidurnya - Pasien mengatakan bersedia untuk diberikan terapi relaksasi lima jari DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
09.30 Wita	- Mengevaluasi respon pasien setelah diberikan relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan perasannya tenang dan lebih rileks setelah melakukan terapi relaksasi lima jari	Mita 

1	2	3	4
		- Pasien mengatakan pikirannya terfokuskan untuk bisa cepat sembuh - Pasien mengatakan perasaan cemas yang dimiliki sedikit hilang dalam pikirannya - Pasien mengatakan akan melakukan terapi relaksasi lima jari dengan rutin	
		DO :	
		- Pasien tampak kooperatif - Pasien tampak rileks	
09.35 Wita	- Melakukan kontrak waktu pertemuan selanjutnya	DS : - Pasien mengatakan bisa dikunjungi kapan saja karena aktivitas pasien dihabiskan di rumah DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
Minggu/13 April 2025	- Melakukan kunjungan ke-2 ke rumah pasien	DS :	
09.00 Wita	- Mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur pasien - Mengidentifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/atau psikologis) -	- Pasien mengatakan tidurnya cukup membaik saat melakukan relaksasi lima jari karena tubuhnya terasa lebih rileks - Pasien mengatakan efek mual pasca kemoterapi terkadang masih dirasakan pasien dan terkadang sesak saat terbaring juga masih dirasakan - Pasien mengatakan sudah berusaha memfokuskan pikirannya agar cemas yang dirasakan berkurang	Mita 
		DO :	
		- Pasien tampak kooperatif - Pasien tampak lebih nyaman dan tenang	

1	2	3	4
09.05 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) -	DS : - Pasien mengatakan lingkungan disekitarnya cukup nyaman dan mendukung perbaikan pola tidurnya - Pasien sudah mengikuti kontrak waktu tidur yang dianjurkan perawat DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
09.10 Wita	- Mengobservasi kembali kemampuan pasien dalam melakukan terapi relaksasi lima jari - Memberikan inovasi terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan sudah melakukan relaksasi lima jari terutama pada malam hari saat menjelang tidur dan saat merasa gelisah atau tidak nyaman - Pasien mengatakan perasaanya lebih rileks dan nyaman	Mita 
09.30 Wita	- Mengevaluasi kondisi pasien setelah diberikan terapi relaksasi lima jari - Melakukan kontrak waktu untuk kunjungan selanjutnya	DS : - Pasien mengatakan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks DO : - Pasien tampak lebih nyaman	Mita 
Senin/14 April 2025 09.00 Wita	- Melakukan kunjungan ketiga dan memberikan salam - Mengidentifikasi aktivitas dan tidur pasien - Mengidentifikasi adanya faktor pengganggu tidur	DS : - Pasien mengatakan bisa beraktivitas ringan dan rasa cepat lelah berkurang - Pasien mengatakan mual yang dirasakan pasca kemoterapi dan sesak saat tertidur sudah jarang dirasakan - Pasien mengatakan pola tidurnya membaik setelah melakukan relaksasi lima jari sebelum tidur dan saat merasa cemas atau tidak nyaman	Mita 

1	2	3	4
09.15 Wita	- Memodifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) - Memberikan terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan sudah nyaman dengan kondisi lingkungan sekitar pasien - Pasien mengatakan bersedia melakukan terapi relaksasi lima jari DO : - Pasien tampak kooperatif	Mita 
09.30 Wita	- Mengevaluasi respon pasien sesudah diberikan terapi relaksasi lima jari	DS : - Pasien mengatakan keluhan sulit tidur yang dirasakan sudah menurun dan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks - Pasien mengatakan pikirannya menjadi tenang dan fokus sehingga pasien tidak sering terjaga saat malam hari - Pasien mengatakan sudah puas dengan tidurnya karena bisa tidur dengan cukup sekitar 6-7 jam dan merasa segar saat bangun tidur - Pasien mengatakan pola tidurnya sudah lebih baik dari sebelumnya. DO : - Pasien tampak lebih tenang dan nyaman - Keluhan pola tidur yang dirasakan berubah menurun - Hasil pengukuran dengan kuesioner $PSQI = 2$ (skor <5, dalam kategori baik)	Mita 

E. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan pada pasien pasien 1 dan pasien 2 disajikan pada tabel 9 dibawah ini :

Tabel 9		
Evaluasi Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 1 Dengan Pemberian Relaksasi Lima Jari Pada Penderita Kanker Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025		
Hari/Tanggal	Evaluasi	Paraf
1	2	3
Minggu/13 April 2025 09.30 Wita	S : - Pasien mengatakan keluhan sulit tidur yang dirasakan sudah menurun dan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks - Pasien mengatakan pikiranya menjadi tenang dan fokus sehingga pasien tidak sering terjaga saat malam hari - Pasien mengatakan sudah puas dengan tidurnya karena bisa tidur dengan cukup sekitar 6-7 jam dan merasa segar saat bangun tidur - Pasien mengatakan pola tidurnya sudah lebih baik dari sebelumnya O : - Pasien tampak lebih tenang dan nyaman - Hasil penilaian skor <i>PSQI</i> 3 (<5) A : - Masalah gangguan pola tidur teratasi P : - Pertahankan kondisi pasien dengan cara : 1) Menganjurkn pasien melakukan kontrol secara rutin sesuai dengan instruksi dokter 2) Menerapkan pola hidup bersih dan sehat 3) Melakukan terapi relaksasi lima jari secara rutin untuk mengurangi gangguan pola tidur yang berdampak pada status kesehatan pasien	Mita 

Tabel 10
Evaluasi Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien 2 Dengan
Pemberian Relaksasi Lima Jari Pada Penderita Kanker Payudara Di Wilayah
Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025

Hari/Tanggal	Evaluasi	Paraf
1	2	3
Senin/14 April 2025 09.30 Wita	S : - Pasien mengatakan keluhan sulit tidur yang dirasakan sudah menurun dan tubuhnya terasa lebih nyaman dan rileks - Pasien mengatakan pikirannya menjadi tenang dan fokus sehingga pasien tidak sering terjaga saat malam hari - Pasien mengatakan sudah puas dengan tidurnya karena bisa tidur dengan cukup sekitar 6-7 jam dan merasa segar saat bangun tidur - Pasien mengatakan pola tidurnya sudah lebih baik dari sebelumnya O : - Pasien tampak lebih tenang dan nyaman - Hasil penilaian skor <i>PSQI</i> = 2 (skor <5) A : - Masalah gangguan pola tidur teratasi P : - Pertahankan kondisi pasien dengan cara : 4) Menganjurkn pasien melakukan kontrol secara rutin sesuai dengan instruksi dokter 5) Menerapkan pola hidup bersih dan sehat 6) Melakukan terapi relaksasi lima jari secara rutin untuk mengurangi gangguan pola tidur yang berdampak pada status kesehatan pasien	Mita 