

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Pengkajian keperawatan terhadap Ny. N, ibu hamil usia 39 tahun dengan anemia, menunjukkan keluhan utama berupa keletihan berlebihan, sesak napas saat beraktivitas, gangguan tidur, dan penurunan energi meski sudah beristirahat. Secara objektif, terdapat peningkatan frekuensi nadi dan respirasi setelah aktivitas ringan, yang mencerminkan gangguan toleransi terhadap aktivitas fisik.
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah keletihan yang berhubungan dengan kelemahan akibat anemia, sesuai dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), berdasarkan temuan gejala mayor seperti mudah lelah, tidak pulih setelah tidur, dan tampak lesu, serta gejala minor seperti gangguan tidur dan peningkatan kebutuhan istirahat.
3. Perencanaan keperawatan difokuskan pada peningkatan toleransi aktivitas dengan strategi manajemen energi, edukasi tentang pengaturan aktivitas, serta dukungan psikologis untuk membantu pasien menghadapi kelelahan selama kehamilan.
4. Implementasi keperawatan berupa manajemen energi dilakukan selama lima hari, dengan mengatur aktivitas menjadi sesi singkat disertai waktu istirahat dan latihan napas dalam. Edukasi diberikan mengenai cara mengenali batas tubuh dan strategi penghematan energi.
5. Evaluasi keperawatan menunjukkan perbaikan kondisi: keluhan kelelahan dan sesak napas menurun, frekuensi nadi dan respirasi membaik, dan pasien lebih

mampu menjalani aktivitas harian tanpa gangguan. Pasien juga merasa lebih percaya diri dan mampu mengelola energi secara mandiri.

B. Saran

1. Bagi staff di Puskesmas IV Denpasar Selatan

Diharapkan hasil asuhan keperawatan ini dapat menjadi sumber pengetahuan tambahan yang berguna. Selain itu, diharapkan mampu meningkatkan kinerja staff dan pemegang program dalam menerapkan inovasi implementasi manajemen energi pada ibu hamil dengan anemia. Program-program terkait kesehatan ibu hamil dan anemia yang sudah berjalan hendaknya terus dipertahankan dan dikembangkan untuk mendeteksi serta menangani kelelahan secara efektif.

2. Bagi pasien dan keluarga

Hasil asuhan ini diharapkan menjadi sumber pengetahuan tambahan yang dapat diterapkan secara mandiri di rumah. Pasien dan keluarga dianjurkan untuk melaksanakan manajemen energi secara rutin guna mempertahankan dan meningkatkan kondisi fisik ibu hamil, serta mencegah komplikasi akibat kelelahan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil laporan kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan anemia, khususnya mengenai manajemen energi. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan hasil ini sebagai dasar ilmiah untuk mengembangkan kajian lebih lanjut dan memperbaiki kualitas intervensi keperawatan di masa depan.