

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan laporan kasus kelolaan hingga hasil pembahasan yang dilakukan pada pasien kanker payudara yaitu Ny. S dan Ny. M dengan masalah ansietas di wilayah kerja UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan diawali dengan melakukan pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi hingga evaluasi keperawatan, maka dapat disimpulkan hasil dari Karya Ilmiah Ners ini sebagai berikut :

1. Pengkajian pada Ny. S dan Ny. M diperoleh data yaitu pasien mengalami ansietas seperti perasaan khawatir dan takut terhadap kondisi penyakit, sulit konsentrasi, sulit tidur, gelisah, keringat berlebih, gelisah dan tegang
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) pada kedua pasien adalah ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional dibuktikan dengan adanya keluhan subyektif (merasa bingung dan khawatir dengan kondisi yang dialami, anoreksia, sulit tidur karena pusing dan takut, sulit berkonsentrasi, gelisah) dan obyektif (tampak pucat, diaforesis, tremor dan tegang).
3. Perencanaan keperawatan mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yaitu Tingkat Ansietas (L.09093) Menurun dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yaitu Reduksi Ansietas (I.09314) dan intervensi berupa *Progressive Muscle Relaxation* dengan dukungan keluarga sebagai *co-therapist*.

4. Implementasi keperawatan dilakukan selama 3 kali kunjungan dalam waktu temu 30 menit setiap sesi. Pemberian intervensi dan intervensi inovasi diberikan dengan menyesuaikan keadaan pasien dan keluarga.
5. Pelaksanaan asuhan keperawatan dengan terapi nonfarmakologis yaitu inovasi *Progressive Muscle Relaxation* melalui peran keluarga yang dilakukan selama 3 hari berturut – turut dengan durasi 30 menit setiap kunjungan menunjukkan hasil yang efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien, yang ditandai dengan adanya perubahan kondisi psikologis menjadi lebih tenang, nyaman, serta peningkatan kemampuan dalam mengontrol kecemasan secara mandiri dan adanya penurunan tingkat ansietas yang dapat dilihat melalui skor skala HARS sebelum dan setelah diberikan terapi.
6. Evaluasi keperawatan menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas pada kedua pasien. Ny. S terjadi penurunan skor HARS dari 22 menjadi 9 sehingga masalah dinyatakan teratasi, sedangkan Ny. M terjadi penurunan skor HARS dari 26 menjadi 18 masalah dinyatakan teratasi, sehingga dapat disimpulkan bahwa tujuan penulisan telah tercapai dan terdapat kesesuaian antara teori, *evidence based practice*, dan data kasus kelolaan dengan tingkat kesesuaian sebesar $\pm 90\%$.

B. Saran

Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas menggunakan terapi *Progressive Muscle Relaxation* melalui peran keluarga sebagai *co-therapist* diharapkan :

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan mampu menerapkan terapi secara mandiri dan rutin sebagai upaya dalam mengontrol tingkat ansietas. Keluarga diharapkan mampu untuk aktif dalam mempertahankan peran dan dukungannya, sehingga terapi terjaga dan optimal.

2. Bagi Pemegang Program Kanker di UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan

Diharapkan dapat menambahkan program edukasi keluarga mengenai manajemen ansietas khususnya pada pasien kanker payudara serta pemberian terapi nonfarmakologi dengan melakukan *Progressive Muscle Relaxation* 2 kali sehari selama 3–7 hari dengan durasi ± 15 –30 menit untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pasien kanker payudara secara bertahap di rumah dengan melibatkan peran aktif keluarga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi acuan dan referensi bagi penelitian selanjutnya dalam menerapkan terapi nonfarmakologis *Progressive Muscle Relaxation* sebagai salah satu intervensi untuk mengatasi ansietas pada pasien kanker payudara.