

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berikut ini adalah kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, yaitu:

1. Karakteristik subjek penelitian yang mengalami gangguan tidur tertinggi berada pada rentang usia 45–54 tahun dengan persentase 38,24%, berada pada stadium III dengan persentase 52,94%, Menjalani kemoterapi selama 3- 6 bulan dengan persentase 88,67% dan merupakan ibu rumah tangga dengan persentase 50,00%.
2. Kualitas tidur pada pasien kanker payudara dengan kemoterapi kelompok perlakuan sebelum diberikan terapi akupresur *acupoint* SP6, SP8, dan HT7, terdapat (94,12%) dengan kualitas tidur sedang dan (5,88%) dengan kualitas tidur buruk. Kemudian, setelah diberikan terapi akupresur *acupoint* SP6, SP8, dan HT7, terdapat (88,24%) dengan kualitas tidur baik dan (11,76) dengan kualitas tidur sedang.
3. Kualitas tidur pada pasien kanker payudara dengan kemoterapi kelompok kontrol sebelum dan setelah diberikan sleep hygiene education (94,12) dengan kualitas tidur sedang dan (5,88%) kualitas tidur buruk.
4. Terapi akupresur berpengaruh positif pada kualitas tidur kelompok perlakuan (nilai *p-value* uji *Paired T-Test* <0,001.) dan kelompok kontrol (nilai *p-value* uji *Wilcoxon* 0,025). Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai *p-value* < 0,001, Nilai mean rank kelompok kontrol sebesar 25,88 dan kelompok perlakuan 9,12, dengan selisih 16,76. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi akupresur pada titik

SP6, SP8, dan HT7 berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas tidur responden.

B. Saran

Berdasarkan analisis dan kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, terdapat beberapa saran untuk pengembangan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Pasien Kanker Payudara dengan Kemoterapi

Pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi diharapkan memanfaatkan terapi akupresur sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur. Terapi ini aman, sederhana, mudah dilakukan secara rutin, serta mampu memberikan relaksasi dan mengurangi gangguan tidur selama pengobatan.

2. Bagi Rumah Sakit Bali Mandara

Rumah sakit RSUD Bali Mandara, diharapkan mengintegrasikan terapi akupresur sebagai pelayanan komplementer dalam perawatan keperawatan pasien kanker payudara yang kemoterapi khususnya di ruang kemoterapi dan poli onkologi. Selain itu, disarankan memberikan pelatihan dan edukasi tentang akupresur kepada tenaga kesehatan guna meningkatkan kualitas layanan dan kenyamanan pasien.

3. Bagi Perawat Rumah Sakit Bali Mandara

Perawat diharapkan menerapkan akupresur pada titik SP6, SP8, dan HT7 sebagai intervensi nonfarmakologis untuk memperbaiki kualitas tidur pasien kanker payudara pasca-kemoterapi. Perawat juga perlu memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga tentang cara melakukan akupresur secara mandiri guna mengatasi gangguan tidur.