

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan laporan kasus tersebut dari penerapan proses keperawatan yang meliputi tahap pengumpulan data, penetapan diagnosis keperawatan, penyusunan rencana tindakan, pelaksanaan program intervensi, serta penilaian akhir pada kasus pasien yang mengalami kecemasan akibat kanker payudara, sehingga dirangkumlah beberapa poin utama berikut ini :

1. Hasil pengkajian keperawatan pada Ny. M yang mengalami *ansietas* akibat kanker payudara menunjukkan bahwa pasien merasa cemas terhadap kemungkinan kekambuhan penyakitnya. Hal ini terlihat dari kondisi pasien yang tampak gelisah dan tegang. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan skala *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS), diperoleh skor 22 yang menunjukkan bahwa pasien mengalami tingkat kecemasan sedang.
2. Pada penentuan diagnosis keperawatan pada Ny. M, pasien mengungkapkan merasa bingung dengan kondisi kesehatannya saat ini. Pasien juga menyatakan khawatir terhadap dampak penyakit yang sedang dialaminya, sulit untuk fokus atau berkonsentrasi, serta mengalami gangguan tidur seperti sulit memulai tidur dan sering terbangun menjelang subuh meskipun tidur larut malam. Pasien juga mengatakan bahwa tidurnya terkadang terasa tidak nyenyak. Keluarga pasien menyampaikan bahwa pasien sering terlihat menarik napas panjang ketika duduk di teras rumah. Selain itu, pasien tampak gelisah, ekspresi wajah terlihat tegang, suara terdengar bergetar saat berbicara, dan wajah pasien tampak pucat.

3. Intervensi keperawatan yang direncanakan untuk mengatasi masalah *ansietas* pada pasien adalah pemberian terapi relaksasi (I.09326) selain itu diberikan pula intervensi pendukung berupa terapi musik (I.08250) dengan menggunakan musik klasik.
4. Implementasi keperawatan pada Ny. M yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026 dilaksanakan selama empat hari, yaitu pada tanggal 14–17 Februari 2025, dengan durasi 45 menit setiap pertemuan. Tindakan yang diberikan sesuai dengan intervensi yang telah direncanakan, yaitu terapi relaksasi yang dipadukan dengan terapi musik klasik Bali. Pelaksanaan tindakan tersebut juga telah mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI).
5. Hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan selama empat kali pertemuan menunjukkan adanya perubahan pada kondisi pasien. Tingkat kebingungan pasien mulai berkurang, kekhawatiran terhadap kondisi kesehatannya juga menurun, perilaku gelisah tampak berkurang, dan kemampuan konsentrasi pasien mulai meningkat. Hasil pengkajian *post test* menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS) menunjukkan skor 18, yang menandakan bahwa pasien masih berada pada tingkat kecemasan ringan (tercantum pada lampiran 16).

B. Saran

1. Bagi Pasien dengan *Ansietas* akibat Kanker Payudara

Penulis berharap pasien dapat menerapkan secara mandiri intervensi yang telah diberikan, seperti terapi relaksasi napas dalam dan terapi musik klasik Bali, secara rutin dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan terapi tersebut diharapkan

dapat membantu pasien dalam mengontrol dan menurunkan tingkat kecemasan yang dialami, sehingga kondisi psikologis pasien menjadi lebih stabil dan kualitas hidup pasien dapat meningkat.

2. Bagi Keluarga Pasien dengan *Ansietas* akibat Kanker Payudara

Keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan yang optimal kepada pasien, baik dalam bentuk dukungan fisik maupun emosional. Keluarga juga diharapkan dapat memberikan motivasi dan semangat kepada pasien agar tetap menjalani pengobatan dengan baik. Selain itu, keluarga diharapkan turut mendampingi serta membantu pasien dalam menerapkan terapi relaksasi napas dalam dan terapi musik klasik Bali sebagai salah satu upaya untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dialami pasien.

3. Bagi Pemegang Program Penyakit Tidak Menular (PTM) di UPTD Puskesmas Mengwi I

Program edukasi kesehatan dan intervensi yang lebih inovatif dalam penanganan masalah psikologis, khususnya *ansietas* pada pasien kanker payudara, diharapkan dapat terus dikembangkan di UPTD Puskesmas Mengwi I. Program tersebut dapat mencakup pemberian edukasi mengenai terapi relaksasi napas dalam serta terapi musik klasik Bali sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan. Selain itu, keterlibatan keluarga dalam proses perawatan pasien juga perlu ditingkatkan melalui kegiatan edukasi maupun pendampingan. Dengan demikian, penanganan *ansietas* pada pasien kanker payudara dapat dilakukan secara lebih optimal, menyeluruh, dan berkesinambungan.