

BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

1. Pengkajian keperawatan dilakukan terhadap Ny.P, seorang ibu hamil berusia 35 tahun menunjukkan keluhan utama berupa keletihan rasa lelah yang berlebihan, tubuh cepat lemas. Ia juga mengungkapkan kesulitan tidur di malam hari dan merasa energi tubuhnya tidak kembali meskipun sudah beristirahat. Kelelahan tersebut telah berlangsung beberapa hari dan membuatnya kesulitan menyelesaikan kegiatan sehari-hari secara optimal. Pasien juga tampak lesu dan kurang bertenaga.
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 berfokus pada peningkatan manajemen energi, edukasi tentang pengaturan aktivitas dan tentang nutrisi yang dibutuhkan, serta dukungan psikologis untuk membantu pasien menghadapi kelelahan selama kehamilan.
4. Implementasi keperawatan berupa manajemen energi dilakukan selama empat 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 dan edukasi mengenai nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil dengan anemia.

5. Evaluasi keperawatan dimana menunjukkan perbaikan kondisi pasien yaitu, keluhan kelelahan menurun, pasien lebih mampu menjalani aktivitas harian tanpa gangguan. Pasien juga merasa lebih percaya diri dan mampu mengelola energi secara mandiri.

B. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan

Hasil asuhan keperawatan ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan yang bermanfaat. Selain itu, diharapkan mampu meningkatkan kinerja staf serta pengelola program dalam menerapkan inovasi manajemen energi pada ibu hamil dengan anemia. Program-program kesehatan terkait ibu hamil dan anemia yang telah berjalan sebaiknya terus dipertahankan dan dikembangkan, sehingga dapat mendeteksi serta menangani kelelahan secara lebih efektif.

2. Bagi pasien dan keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan tambahan yang bisa dipraktikkan secara mandiri di rumah. Pasien bersama keluarga dianjurkan untuk menjalankan manajemen energi secara teratur agar kondisi fisik ibu hamil tetap terjaga dan meningkat, sekaligus mencegah timbulnya komplikasi akibat kelelahan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas wawasan serta pengetahuan dalam asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan anemia, khususnya terkait penerapan manajemen energi. Temuan ini juga dapat dijadikan landasan ilmiah bagi penelitian selanjutnya untuk

mengembangkan kajian lebih mendalam dan meningkatkan mutu intervensi keperawatan di masa mendatang.