

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah dilaksanakannya asuhan keperawatan pada Ny. S dengan keletihan akibat *on* radioterapi kanker serviks, maka dapat disusun simpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian keperawatan dilakukan di rumah pasien yang berlokasi di Banjar Tengkulak Kaja Kangin, Desa Kemenuh, Kecamatan Sukawati, Kabupaten Gianyar pada tanggal 12 Februari Tahun 2026 pada pukul 10.00 Wita. Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. S dengan keletihan akibat *on* radioterapi kanker serviks yaitu seorang perempuan berusia 60 tahun. Pada saat pengkajian, pasien mengeluh lelah, merasa kurang memiliki tenaga sehingga tidak bisa melakukan aktivitas sehari-hari seperti menyapu, memasak, dan mebanten, pasien mengatakan lelah belum membaik meskipun sudah beristirahat selama 6-8 jam tiap harinya, pasien juga mengeluhkan sulit tidur dan sering terjaga pada saat malam hari pasien lebih banyak menghabiskan waktu untuk beristirahat di kamar dan pasien tampak lesu.
2. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny. S yaitu keletihan berhubungan dengan program perawatan/pengobatan jangka panjang dibuktikan dengan merasa energi tidak pulih walaupun telah tidur, merasa kurang tenaga, mengeluh lelah, tidak mampu mempertahankan aktivitas rutin, tampak lesu, kebutuhan istirahat meningkat.
3. Intervensi keperawatan yang diberikan kepada Ny. S berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) melibatkan intervensi utama yaitu edukasi aktivitas/istirahat dan manajemen energi yang dikembangkan berupa

exercise therapy salah satunya latihan ROM yang bermanfaat untuk menjaga kelenturan otot, mencegah kekakuan, serta meningkatkan sirkulasi darah dan fungsi mobilitas tubuh, serta intervensi pendukung yaitu terapi relaksasi berupa pijat kaki merupakan tindakan nonfarmakologis yang sangat bermanfaat untuk mengatasi kelelahan pada pasien kanker serviks. Intervensi ini bekerja dengan menyeimbangkan sistem saraf otonom dan meningkatkan suplai oksigen ke jaringan.

4. Implementasi keperawatan dilakukan kepada Ny. S berdasarkan rencana keperawatan yang telah disusun sebelumnya meliputi edukasi aktivitas dan istirahat pada kelelahan, manajemen energi berupa *exercise therapy* ROM yang dilakukan 3 kali selama 15 menit, serta terapi relaksasi berupa terapi pijat kaki (*foot massage*) yang dilakukan 3 kali selama 10 menit dengan tujuan dan kriteria hasil yang mengacu pada luaran Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Penerapan *exercise therapy* latihan ROM untuk mengatasi kelelahan terbukti untuk mencegah kekakuan sendi dan atrofi otot selama menjalani pengobatan kanker serviks. Penerapan *exercise therapy* seperti latihan ROM dan pijat kaki (*foot massage*) untuk mengatasi masalah kelelahan membuktikan mampu menurunkan skor kelelahan, dengan hasil penilaian ESAS kelelahan dengan skor 5 menjadi 2 dan peningkatan nafsu makan skor 5 menjadi 2.
5. Evaluasi keperawatan pada Ny. S dilakukan setelah implementasi keperawatan berupa *exercise therapy* seperti ROM selama 3 kali 15 menit dalam 3 hari dan dikombinasikan dengan pemberian pijat kaki atau *foot massage* selama 3 kali 10 menit dalam 3 hari berturut-turut mampu menurunkan tingkat kelelahan pada pasien. Hasilnya berupa penurunan kelelahan dengan (skor ESAS dari 5 menjadi

2) dan peningkatan nafsu makan (skor ESAS dari 5 menjadi 2), keluhan lelah menurun, mulai memiliki tenaga untuk melakukan aktivitas sehari-hari namun belum optimal, pasien mengatakan energi mulai membaik dengan beristirahat pada malam hari dan tidur terasa lebih nyenyak, pasien tampak lebih bugar.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan simpulan yang telah diuraikan, saran yang dapat penulis berikan yaitu:

1. Bagi pasien dan keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan melanjutkan teknik nonfarmakologis pemberian latihan ROM dan terapi relaksasi pijat kaki secara mandiri di rumah, untuk dapat meningkatkan sirkulasi darah, mencegah kekakuan otot, dan memberikan efek relaksasi. Selain itu, pasien diharapkan mematuhi anjuran tenaga kesehatan, mengatur aktivitas dan istirahat dengan seimbang serta mengonsumsi nutrisi yang adekuat untuk meningkatkan kondisi fisik dan mengurangi kelelahan.

2. Bagi perawat pemegang program kanker serviks di Puskesmas Sukawati I

Diharapkan hasil laporan kasus ini dapat diterapkan dalam pengembangan pelayanan keperawatan, khususnya bagi pemegang program kanker serviks di Puskesmas Sukawati I, dalam memberikan asuhan keperawatan kepada penderita kanker serviks yang mengalami kelelahan melalui penerapan teknik nonfarmakologis berupa terapi pijat kaki (*foot massage*) selama 10 menit dan *exercise therapy* selama 15 menit yang dapat dilakukan selama 3 hari berturut-turut sebagai pilihan alternatif dalam membantu mengurangi kelelahan pada pasien.