BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus asuhan keperawatan keletihan pada Ny. M dengan Kanker Payudara di Ruang Jepun RSUD Bali Mandara pada tanggal 29 April – 2 Mei 2026 dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. M didapatkan data pasien mengeluh merasa lelah, merasa tidak ada tenaga untuk bangun dari tempat tidur, pasien mengatakan masih merasa lelah setelah bangun tidur, pasien tampak dibantu untuk melakukan aktivitas rutin, pasien tampak lesu, pasien tampak lebih sering berbaring dan tidur pada pagi dan siang hari. Keluhan pasien memenuhi 5 data (100%) tanda/gejala mayor dan 1 data (33,3%) tanda/gejala minor.
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah keletihan berhubungan dengan program perawatan jangka panjanng dibuktikan dengan pasien mengeluh merasa lelah, merasa tidak ada tenaga untuk bangun dari tempat tidur, pasien mengatakan masih merasa lelah setelah bangun tidur, pasien tampak dibantu untuk melakukan aktivitas rutin, pasien tampak lesu, pasien tampak lebih sering berbaring dan tidur pada pagi dan siang hari.
3. Rencana keperawatan untuk mengatasi masalah keletihan meliputi penetapan luaran dan intervensi. Luaran yang ditetapkan, yaitu setelah diberikan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam diharapkan tingkat keletihan menurun dengan kriteria hasil verbalisasi kepulihan energi meningkat, tenaga meningkat, kemampuan melakukan aktivitas rutin meningkat, verbalisasi lelah menurun,

dan lesu menurun. Intervensi keperawatan yang ditetapkan, yaitu manajemen energi, edukasi aktivitas/istirahat, terapi relaksasi, serta intervensi inovasi terapi *progressif muscle relaxation* (PMR).

4. Implementasi keperawatan yang diberikan pada Ny. M sesuai dengan rencana keperawatan yang telah disusun yaitu selama 3 x 24 jam dengan intervensi utama, yaitu manajemen energi, edukasi aktivitas/istirahat, terapi relaksasi, dan intervensi inovasi terapi *progressif muscle relaxation* (PMR).
5. Evaluasi keperawatan setelah diberikan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam mendapatkan hasil, yaitu data subjektif pasien mengatakan rasa lelah sudah berkurang, badan terasa lebih segar, serta merasa lebih berenergi setelah bangun tidur. Data objektif yang diperoleh, yaitu wajah pasien tampak lebih segar dan pasien tampak dbantu untuk melakukan aktivitas rutin. *Assessment* didapatkan tujuan tercapai dan masalah keletihan teratasi. *Planning* selanjutnya adalah menganjurkan pasien untuk melanjutkan teknik *progressive muscle relaxation* (PMR) di rumah, serta menganjurkan pasien untuk melakukan kontrol kembali pada tanggal 12 Mei 2026 di Poliklinik Bedah Onkologi.
6. Pemberian terapi inovasi *progressive muscle relaxation* (PMR) satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut dalam waktu 15 – 20 menit efektif dalam menurunkan keletihan pasien kanker payudara.

B. Saran

Pada studi kasus ini ditemukan bahwa pemberian intervensi manajemen energi, edukasi aktivitas/istirahat, terapi relaksasi, dan terapi *progressive muscle relaxation* (PMR) dapat membantu menurunkan keletihan pada pasien kanker payudara yang mengalami keletihan, oleh sebab itu diharapkan perawat di Ruang Jepun RSUD Bali Mandara dapat mempertimbangkan penerapan intervensi tersebut pada pasien kanker payudara yang mengalami keletihan.