

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada pasien post kemoterapi atas indikasi Kanker Multiple Myeloma, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari hasil pengkajian ditemukan bahwa pasien mengalami gangguan tidur semenjak ia menjalani kemoterapi, saat dilakukan pengkajian kualitas tidur di dapatkan skor PSQI 10 yang artinya kualitas tidur buruk, pasien juga tampak lesu, mata terlihat letih serta tampak kantung matanya hitam akibat kurang tidur. Selain itu pasien mengatakan nafsu makannya berkurang, porsi makan yang dihabiskan tidak mencapai setengah porsi dan pasien juga sering merasa mual dan muntah, dan pasien tampak lemas dan berkeringat. Keluhan lainnya pasien mengeluh sering lelah dan kurang tenaga ketika melakukan aktivitas rutin, pasien mengatakan tenaga atau energinya tidak pulih/bertambah walaupun telah tidur serta pasien tampak lemas dan lesu.
2. Diagnosa keperawatan pada pasien ini yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur, nausea berhubungan dengan efek agen farmakologis (kemoterapi), kelelahan berhubungan dengan kondisi fisiologi dan pengobatan jangka panjang (tindakan kemoterapi)

3. Intervensi keperawatan yang direncanakan adalah dukungan tidur, terapi relaksasi (relaksasi benson), manajemen mual, dan manajemen energi,
4. Implementasi dilakukan selama 5 hari yang dilakukan dalam 2 kali dalam 1 hari dengan durasi 20 menit.
5. Hasil evaluasi pasien didapatkan masalah gangguan pola tidur dapat teratasi, masalah nausea dapat teratasi, masalah kelelahan dapat teratasi,
6. *Evidence Based Nursing : Terapi Relaksasi Benson* efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pasien kanker post kemoterapi

B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah ini bisa menjadi acuan, tambahan, serta wawasan bagi pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien dengan pemberian terapi *relaksasi benson* sebagai bagian intervensi mandiri keperawatan

2. Bagi Institusi Rumah Sakit

Karya ilmiah ini bisa menjadi masukan bagi rumah sakit untuk menambahkan terapi *relaksasi benson* sebagai salah satu pilihan intervensi non farmakologi dalam meningkatkan kualitas tidur

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya ilmiah ini bisa menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian terkait pemberian terapi *relaksasi benson* untuk dapat melakukan pengkajian lebih mendalam agar dapat lebih terlihat keefektifan terapi ini..