

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada keluarga Tn. G dan Tn. M dengan judul “Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Anggota Keluarga dengan Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II” penulis menyusun beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Berdasarkan hasil pengkajian dan pengisian kuesioner STAI-T pada kedua pasien terdapat keluhan terhadap kecemasan, merasa khawatir dan takut terkait penyakit dan pengobatan kemoterapi yang dijalani, serta keluhan nyeri pada tulang. Selain itu, pada keluarga ditemukan masalah coping keluarga dengan menunjukkan perlunya dukungan keluarga dalam merawat keluarga yang sakit. Implementasi yang diberikan pada kedua kasus tersebut dengan melibatkan keluarga dan peningkatan coping keluarga dan dilakukannya relaksasi SEFT $\pm$ 10-15 menit 3 kali sehari selama 3 hari untuk menurunkan kecemasan pada pasien.
2. Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terbukti efektif dengan hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan positif pada kedua pasien setelah diberikan relaksasi SEFT selama tiga hari. Pada Ny. D, tingkat kecemasan menurun dari skor STAI-T (43) kategori cemas sedang menjadi (35) kategori cemas ringan. Respon yang muncul pada Ny. D selain adanya penurunan tingkat kecemasan, perasaan relaks dan nyaman, peningkatan kualitas tidur, penurunan tekanan darah dan

kemampuan mengontrol kecemasan. Pada Ny. DR, tingkat kecemasan menurun dari skor STAI-T (50) kategori cemas berat menjadi (45) kategori cemas sedang. Respon yang muncul pada Ny. DR terdapat peningkatan rasa nyaman, kestabilan emosi, peningkatan coping dan penerimaan terhadap kondisi kesehatan yang lebih baik.

3. Keberhasilan penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dipengaruhi oleh sejumlah faktor pendukung seperti partisipasi aktif pasien dan keluarga, kondisi lingkungan rumah yang nyaman, dukungan keluarga yang baik dalam mendampingi dan memotivasi pasien selama intervensi berlangsung. Sementara itu, tantangan yang ditemukan dalam pelaksanaan antara lain keterbatasan waktu keluarga dalam mengikuti intervensi, perbedaan waktu penerapan yang tidak setara antara keluarga Tn. G dan Tn. M. Tantangan kedua yang ditemukan adanya kendala kemampuan kognitif pasien dalam menggunakan doa yang cukup panjang pada aspek spiritual, sehingga penerapan yang diberikan belum maksimal dan perlu adanya modifikasi penggunaan doa yang lebih pendek serta mudah digunakan sehingga penerapan SEFT lebih efektif.

B. Saran

1. Bagi Klien dan Keluarga

Disarankan pasien dapat menerapkan relaksasi SEFT secara mandiri dan teratur, terutama ketika muncul rasa cemas, takut, nyeri, sulit tidur, atau perasaan tidak nyaman selama menjalani pengobatan. Keluarga sebaiknya tetap memberikan dukungan, mendampingi pasien dan

meningkatkan komunikasi yang terbuka kepada pasien.

2. Bagi Puskesmas

Disarankan dapat menggunakan relaksasi SEFT sebagai intervensi non-farmakologis sebagai intervensi penunjang dalam meningkatkan rasa nyaman dan menurunkan kecemasan pasien kanker payudara.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan dengan adanya penulisan karya ilmiah ini mahasiswa keperawatan dapat memanfaatkan relaksasi SEFT dalam upaya meningkatkan kenyamanan pasien dan dapat mengkaji pengaruh SEFT terhadap variabel lain seperti kualitas tidur, nyeri, stres, depresi, kualitas hidup, dan resiliensi keluarga.