

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus penerapan inhalasi aromaterapi lavender dengan *deep breathing relaxation* untuk kecemasan pada lansia dengan kanker payudara diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa kedua klien mengalami ansietas dan gangguan pola tidur selama menjalani pengobatan kanker payudara. Berdasarkan analisis data, ditegakkan diagnosa keperawatan ansietas, gangguan pola tidur, dan nyeri kronis. Intervensi yang diberikan berupa inhalasi aromaterapi lavender dan *deep breathing relaxation* sesuai rencana tindakan keperawatan yang telah disusun.
2. Selama pelaksanaan intervensi, kedua klien menunjukkan respons positif terhadap terapi, ditandai dengan penurunan tingkat kecemasan, perasaan lebih tenang dan rileks, serta kemampuan mengikuti terapi dengan baik.
3. Evaluasi hasil intervensi menggunakan *geriatric anxiety scale* (GAS) menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua klien. Pada klien 1, skor kecemasan menurun dari 26 (kecemasan sedang) menjadi 15 (kecemasan ringan). Sementara itu, pada klien 2, skor kecemasan menurun dari 28 (kecemasan sedang) menjadi 18 (kecemasan ringan). Perbedaan penurunan skor dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan dan mekanisme koping masing-masing klien.

4. Penerapan inhalasi aromaterapi lavender disertai *deep breathing relaxation* membantu menurunkan tingkat kecemasan serta meningkatkan rasa nyaman pada lansia dengan kanker payudara. Dibuktikan dengan masalah ansietas teratasi saat evaluasi.
5. Faktor pendukung intervensi meliputi sikap kooperatif klien, dukungan keluarga, dan lingkungan yang kondusif. Hambatan yang ditemukan berupa perubahan kondisi fisik dan psikologis klien yang berubah-ubah dapat memengaruhi respons terapi. Intervensi ini dapat digunakan sebagai pendekatan nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan secara berkelanjutan.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, penulis menyampaikan beberapa saran kepada pihak terkait sebagai berikut :

1. Bagi Klien dan Keluarga

Penerapan latihan pernapasan dalam yang dipadukan dengan aromaterapi lavender dapat dilanjutkan oleh klien sebagai upaya membantu mengurangi ansietas. Keluarga diharapkan turut berpartisipasi dalam memberikan motivasi dan dukungan selama proses tersebut.

2. Bagi Perawat dan Kader Puskesmas Gamping 2

Perawat dan kader kesehatan diharapkan dapat mengedukasi dan menerapkan terapi nonfarmakologis sebagai alternatif untuk mengatasi

ansietas, salah satunya melalui inhalasi aromaterapi lavender dan *deep breathing relaxiton*.

3. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi dalam pembelajaran keperawatan mengenai penerapan intervensi nonfarmakologis untuk membantu mengatasi ansietas pada pasien kanker payudara.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam mengembangkan penelitian terkait intervensi nonfarmakologis pada pasien kanker payudara yang mengalami ansietas