

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUD Panembahan Senopati Bantul, dapat disimpulkan bahwa :

1. Tahap asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, evaluasi, dan pendokumentasian telah dilaksanakan pada kedua pasien dengan masalah ansietas. Hasil pengkajian menunjukkan kedua pasien mengalami ansietas yang ditandai dengan perasaan cemas, gelisah, gangguan tidur, serta kekhawatiran terhadap proses kemoterapi dan kondisi penyakit yang dialami.
2. Diketahui adanya perubahan respons pada kedua pasien setelah diberikan penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)* sebanyak tiga kali pertemuan. Tingkat ansietas mengalami penurunan yang ditunjukkan oleh skor GAD-7 Ny. P dari 13 (ansietas sedang) menjadi 6 (ansietas ringan) dan Ny. M dari 14 (ansietas sedang) menjadi 7 (ansietas ringan). Selain itu, kedua pasien tampak lebih tenang, rileks, mampu mengendalikan perasaan cemas, serta menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menghadapi proses kemoterapi.
3. Diketahui faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)*. Faktor pendukung meliputi motivasi pasien untuk sembuh, sikap kooperatif selama intervensi,

dukungan keluarga, serta kemampuan pasien mengikuti setiap tahapan terapi dengan baik. Adapun faktor penghambat meliputi kondisi fisik pasien yang mudah lelah akibat penyakit dan pengobatan yang dijalani serta keterbatasan waktu pelaksanaan yang harus disesuaikan dengan jadwal pelayanan kemoterapi.

4. Penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)* telah dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan pada kedua pasien dan menunjukkan manfaat dalam membantu mengelola ansietas sebelum kemoterapi. Terapi ini dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah dilakukan, aman, dan dapat dipraktikkan secara mandiri oleh pasien.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUD Panembahan Senopati Bantul, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat menjadikan hasil studi kasus ini sebagai referensi pembelajaran terkait penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam mengatasi ansietas pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Selain itu, *Emotional Freedom Technique (EFT)* dapat dikenalkan sebagai salah

satu terapi relaksasi yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan holistik.

2. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan

Perawat diharapkan dapat menerapkan *Emotional Freedom Technique (EFT)* sebagai intervensi pendamping untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pasien sebelum menjalani kemoterapi. *EFT* dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis karena mudah dilakukan, aman, tidak memerlukan alat khusus, dan dapat diterapkan sesuai kondisi pasien guna meningkatkan kenyamanan dan kualitas pelayanan keperawatan.

3. Bagi Pasien Kanker Payudara

Pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi diharapkan dapat mempraktikkan *Emotional Freedom Technique (EFT)* secara mandiri ketika muncul rasa cemas, takut, atau tegang. Penerapan *EFT* secara rutin diharapkan dapat membantu pasien lebih rileks, meningkatkan kemampuan koping, serta membantu mengontrol ansietas selama menjalani pengobatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai penerapan *Emotional Freedom Technique (EFT)* pada pasien kanker yang mengalami ansietas. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji penerapan *EFT* dengan durasi intervensi yang lebih panjang atau menggunakan

metode penelitian yang berbeda untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas EFT. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi pengaruh EFT terhadap kualitas tidur, depresi, kualitas hidup, dan tingkat stres pada pasien kanker maupun penyakit kronis lainnya.