

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penerapan terapi *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat *fatigue* pada dua keluarga dengan anggota keluarga penyandang kanker payudara di wilayah Puskesmas Gamping 2 oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa:

1. Asuhan keperawatan pada dua klien penyandang kanker payudara dengan masalah kelelahan dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif telah dilaksanakan menggunakan pendekatan proses keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, hingga evaluasi.. Terapi *back massage* diberikan selama 20 menit pada setiap sesi selama tiga hari berturut-turut, disertai edukasi mengenai manajemen energi, pengaturan aktivitas dan istirahat, pemenuhan nutrisi, serta pelibatan keluarga dalam perawatan.
2. Tingkat kelelahan pada kedua pasien mengalami penurunan setelah penerapan terapi *back massage*. Pada Ibu U skor BFI menurun dari 6,3 menjadi 4,1, sedangkan pada Ibu T menurun dari 5,8 menjadi 3,6. Selain itu, kedua pasien melaporkan berkurangnya rasa lelah dan pegal, peningkatan kualitas tidur, serta tubuh yang terasa lebih segar dibandingkan sebelum intervensi diberikan.
3. Faktor pendukung penerapan terapi *back massage* meliputi sikap kooperatif klien dan keluarga, keterlibatan keluarga dalam proses perawatan, lingkungan rumah yang mendukung pelaksanaan terapi, serta motivasi klien untuk mengurangi kelelahan yang dialami. Adapun

faktor penghambat yang ditemukan antara lain keterbatasan waktu istirahat akibat aktivitas sehari-hari, khususnya pada Ibu U yang masih memiliki tanggung jawab mengasuh anak, serta perlunya adaptasi dan konsistensi klien dalam menerapkan perilaku kesehatan yang telah diajarkan. Meskipun demikian, kedua klien menunjukkan perbaikan kondisi sehingga diagnosis kelelahan dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dinyatakan teratasi sebagian.

B. Saran

1. Bagi Klien dan Keluarga

Klien dan keluarga diharapkan dapat melanjutkan terapi *back massage* secara mandiri di rumah, menerapkan pengaturan aktivitas dan istirahat yang seimbang, memenuhi kebutuhan nutrisi dan hidrasi yang adekuat, serta mematuhi jadwal kontrol kesehatan untuk membantu mengurangi kelelahan dan mempertahankan kondisi kesehatan yang optimal.

2. Bagi Perawat dan Puskesmas

Perawat diharapkan dapat memanfaatkan terapi *back massage* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis atau terapi komplementer dalam mengatasi kelelahan pada pasien kanker payudara. Pelaksanaan terapi perlu memperhatikan kondisi klinis pasien, indikasi tindakan, serta kontraindikasi seperti adanya luka pada area pemijatan, gangguan perdarahan, trombositopenia berat, dan metastasis tulang sehingga keamanan pasien tetap terjaga. Selain itu, perawat diharapkan meningkatkan edukasi dan pendampingan kepada keluarga agar mampu melakukan perawatan secara mandiri di rumah.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran mengenai penerapan terapi *back massage* pada pasien kanker payudara yang mengalami keletihan serta pengelolaan keperawatan keluarga di komunitas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak, waktu intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat keletihan pada pasien kanker payudara.