

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil studi kasus yang dilakukan penulis melalui proses keperawatan sesuai perencanaan yang berfokus pada penerapan terapi *mindfulness* sharing emotional pada pasien I (Ny. K) dan Pasien II (Ny. M) telah terlaksana dengan baik. Berdasarkan hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa terapi *mindfulness* sharing emotional dapat membantu meningkatkan harga diri, meningkatkan kemampuan pasien dalam mengekspresikan perasaan, serta membantu meningkatkan penerimaan diri pada pasien kanker payudara :

1. Pelaksanaan asuhan keperawatan kepada kedua pasien *ca mammae* dengan penerapan terapi *mindfulness* : sharing emotional sebagai intervensi non farmakologis dengan tujuan meningkatkan harga diri. Terdapat kesamaan antara kedua pasien yaitu harga diri rendah yang ditandai dengan rasa takut, menarik diri dan khawatir dengan tindakan yang akan dilakukan. Diagnosa utama yang muncul pada kedua pasien adalah Harga diri rendah situasional (SDKI D.0087)..
2. Hasil yang diperoleh setelah diberikan terapi *mindfulness* sharing emotional, Ny. K menunjukkan perubahan respon yang positif, merasa lebih lega setelah mengungkapkan perasaannya, lebih percaya diri saat berkomunikasi dan mampu melakukan kontak mata. Sedangkan Ny. M menunjukkan respon lebih baik ditandai dengan lebih bisa menerima dirinya seutuhnya walaupun terdapat perubahan citra tubuh akibat tindakan radikal mastektomi. Adapun persamaan dari kedua pasien yaitu

jenis kelamin (perempuan), umur (kelompok lansia awal), diagnosa *ca mammae dekstra* dan akan menjalani tindakan radikal mastektomi, dan mengalami harga diri rendah. Ada juga perbedaan dari kedua pasien yaitu tingkat pendidikan, status perkawinan, riwayat menstruasi dan keluhan saat ini.

3. Faktor pendukung dan faktor penghambat kegiatan terapi *mindfulness* sharing emotional didapatkan bahwa faktor yang mendukung meliputi ketersediaan pasien, dukungan keluarga terutama pada pasien I (Ny. K): yang didampingi suami selama terapi berlangsung, dan sarana prasarana. Selama terapi *mindfulness* sharing emotional belum ditemukan faktor penghambat yang signifikan selama kegiatan terapi berlangsung.

B. Saran

1. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat menerapkan terapi *mindfulness* sharing emotional secara mandiri dengan dukungan keluarga dan fasilitas yang memadai, sehingga mampu membantu menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah serta meningkatkan pemanfaatan waktu luang melalui aktivitas yang positif dan produktif.

2. Bagi Perawat

Diharapkan terapi *mindfulness* sharing emotional dapat digunakan sebagai salah satu pilihan intervensi nonfarmakologis oleh perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan harga diri rendah, sehingga dapat membantu meningkatkan penerimaan diri, kepercayaan diri, serta harga diri pasien selama proses perawatan.

3. Bagi RSUP Dr. Sardjito

Diharapkan pihak RSUP Dr. Sardjito dapat mempertimbangkan penerapan terapi nonfarmakologis seperti *mindfulness* sharing emotional sebagai intervensi pendamping dalam pelayanan keperawatan, khususnya bagi pasien kanker yang menjalani tindakan invasif seperti operasi. Selain itu, diharapkan RSUP Dr. Sardjito mampu menyediakan fasilitas serta media pendukung terapi relaksasi sederhana guna membantu meningkatkan kenyamanan dan meningkatkan harga diri pasien selama menjalani perawatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai penerapan terapi *mindfulness* sharing emotional pada pasien kanker payudara dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak serta waktu intervensi yang lebih panjang agar diperoleh hasil yang lebih optimal dan akurat. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengombinasikan terapi *mindfulness* sharing emotional dengan intervensi non farmakologis lainnya serta meneliti pengaruh terapi terhadap aspek psikologis lain seperti kualitas hidup, tingkat kecemasan, depresi, motivasi pengobatan dan kemampuan adaptasi.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan dapat menjadikan terapi *mindfulness sharing emotional* sebagai salah satu referensi pembelajaran dan pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis, khususnya pada pasien kanker payudara dengan masalah psikososial seperti harga diri rendah. Selain itu, institusi pendidikan diharapkan dapat mendukung pengembangan penelitian serta praktik *evidence based nursing* guna meningkatkan kompetensi mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan holistik.