BAB V
PEMBAHASAN

Pada bab ini penulis akan membahas kesenjangan antara konsep teori dan kasus pada proses asuhan keperawatan terapi relaksasi pada pasien post op ca mamae di ruang seruni RSUD dr. M. Yunus Kota Bengkulu. Penerapan proses keperawatan dalam asuhan keperawatan merupakan salah satu tanggung gugat yang terdiri dari tahap pengkajian keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi (Potter & Perry, 2022).

A. Gambaran Pengkajian

Pengkajian merupakan tahap awal dari proses keperawatan yang merupakan proses pengumpulan data yang sistematis dan berbagai sumber untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan pasien. Sumber didapatkan dari pasien, keluarga, anggota tim keperawatan kesehatan, catatan kesehatan, pemeriksaan fisik, hasil pemeriksaan diagnostic dan laboratorium (Potter & Perry, 2022).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Penulis melakukan pengkajian pada tanggal 23 April 2025, hasil pengkajian didapatkan data pada pasien I bernama Ny.M umur 50 tahun dan pasien II bernama Ny.S umur 45 tahun. Hasil penelitian didapatkan penderita Cancer Mamae (Ca Mamae) berada pada tahap dewasa yaitu di umur 45-50 tahun. Menurut penelitian Mirsyad et al, (2022) ca mamae meningkat sejalan dengan bertambahnya umur seorang wanita, se-sel lemak di mamae cenderung akan menghasilkan enzim aromatase dalam jumlah yang besar, yang pada akhirnya akan meningkatkan kadar estrogen local, estrogen yang diproduksi secara lokal inilah yang diyakini berperan dalam memicu ca mamae pada wanita pasca menopause, setelah terbentuk tumor kemudian meningkatkan kadar estrogennya untuk membantunya tumbuh dan sekelompok sel imun di tumor tampaknya juga meningkatkan produksi estrogen.

Sejalan dengan penelitian Firasi & Yudhanto, (2023) terdapat 83% wanita berumur di atas 40 tahun mengalami ca mamae, pada wanita yang berumur di atas 40 tahun terutama yang masih mengalami masa reproduksi,

setiap bulan akan mengalami menstruasi, namun tidak mengalami ovulasi, sehingga hormon progesteron yang dihasilkan tidak cukup menangkal hormon estrogen yang merupakan pemicu terjadinya cancer mamae.

Hasil pengkajian pada Ny.M terdapat luka operasi pada mamae sebelah kirinya yang membuat dia merasakan nyeri sehingga tidak bisa tidur, pada malam hari dan siang hari, sering terbangun karena merasa tidak nyaman, Ny.M mengatakan lama tidur siang ±2 jam dan lama tidur malam ±4jam. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan keadaan umum lemah, kesadaran composmentis (E4V5M6),Ny.M tampak kurang konsentrasi, mata Ny.M terlihat sayu dan pada bagian toraks terdapat luka post operasi di bagian mamae sebelah kiri. Hasil pengkajian berikutnya pada Ny.S dengan keluhan setelah dilakukan operasi pada mamae sebelah kirinya, tangan sebelah kiri hingga mamae sebelah kirinnya terasa nyeri, sehingga membuat pasien merasa tidak nyaman dan tidak puas istirahat dan tidur. Pasien sering terbangun saat tidur dan kesulitan memulai tidur kembali, Ny.S mengatakan lama tidur siang ±1 jam dan lama tidur malam ±4jam. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan keadaan umum Ny.S lemah, tampak kurang bertenaga, kesadaran composmentis (E4V5M6), pada bagian toraks terdapat luka post operasi di bagian mamae sebelah kiri serta respon bicara Ny.S tampak lambat.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Keluhan utama pada kedua kasus sama, yaitu mengalami keluhan sulit tidurdan sering terbangun karena nyeri yang dirasakan luka post operasi ca mamae sebelah kiri. Menurut Hananta et al, (2014) terdapat 83% penderita post operasi ca mamae mengalami gangguan pola tidur, keluhan tidur sering terjadi pada penderita cancer disebabkan karena sakit fisik akibat cancer, nyeri, efek samping obat-obatan atau terapi cancer lainnya. Demikian menurut Aliiyanti (2023) terdapat 79% penderita cancer mamae mengalami nyeri pasca operasi dan sering terbangun saat tidur malam dan siang hari. Kualitas tidur merupakan hal yang penting untuk penyembuhan, serta meningkatkan fungsi imun dan kesehatan mental selain itu, kurang tidur diketahui berhubungan dengan depresi, kecemasan, dan menurunkan fungsi kognitif. Pada pasien cancer, gangguan tidur dapat memengaruhi kualitas

hidup pasien, sistem kekebalan tubuh, kemampuan kognitif, dan kemampuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari.

B. Diagnosa Keperawatan

Menurut Potter & Perry (2022), diagnosa keperawatan adalah pernyataan respon actual atau potensial pasien terhadap masalah kesehatan yang perawat mempunyai izin untuk menguasainya. Dalam penelitian ini didapatkan keluhan pada Ny.M yaitu tidak bisa tidur, sering terbangun saat tidur dimalam dan siang hari karena nyeri di bagian luka post operasi dengan skala 4, sering merasa ngantuk tapi tidak bisa tidur demikian juga keluhan pada Ny.S yaitu mengeluh sulit tidur, sering terbangun dimalam dan siang hari, merasa tidak segar saat bangun tidur karena nyeri di bagian luka post operasi dengan skala 4. Peneliti menegakkan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dari beberapa kriteria yang telah ditetapkan >80% keluhan pasien sesuai standar buku SDKI 2016, sehingga didalam penelitian ini penulis menemukan kesesuaian studi kasus dengan teori (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Hasil studi kasus yang dilakukan oleh Yasinta & Maryah (2022), menjelaskan bahwa pasien post operasi mengalami kualitas tidur buruk akan mengalami lama dalam proses penyembuhan luka karena terjadi perubahan secara emosional, dimana lebih sensitif dan mudah marah sehingga meningkatkan tekanan darah merah dan menghambat kinerja sel darah putih dalam percepatan penyembuhan luka. Kurang tidur memicu stress sehingga terjadi pelepasan hormon kortisol dan norepenepherine yang berhubungan dengan resistensi insulin yang bisa menghambat penyembuhan luka operasi. Akibat kualitas tidur buruk maka menurunkan sistem imun yang merupakan bentuk pertahanan tubuh dalam menangkal serangan penyakit yang masuk sehingga peneli memprioritaskan gangguan pola tidur yang dialami oleh kedua pasien.

C. Perencanaan Keperawatan

Perencanaan yang peneliti buat mengacu pada perencanaan yang terdapat dilandasan teoritis dimana perencanaan dibagi menjadi 3 tahap yaitu, menentukan prioritas masalah, menentukan tujuan, menentukan kriteria hasil dan merencanakan tindakan keperawatan Alifiyanti, (2023). Intervensi pada tinjauan teori memuat target waktu yang dibutuhkan untuk melakukan perawatan pada klien, tujuan dan kriteria hasil yang ingin dicapai, rencana tindakan yang akan dilakukan dari rencana tindakan tersebut. Perencanaan atau intervensi dirancang oleh penulis berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dimana tindakan yang akan dilakukan terdiri dari tindakan observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI).

Pada kasus Ny.M dan Ny.S penulis melakukan rencana tindakan keperawatan selama 3x24 jam. Penulis berencana mengatasi masalah gangguan pola tidur pada pasien dengan tujuan yang diharapkan yaitu dengan nilai keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun. Intervensi pada kasus ini sesuai dengan intervensi pada teoritis dan rencana berdasarkan intervensi dari diagnosa pada tinjauan kasus. Intervensi keperawatan yang digunakan dalam studi kasus ini adalah terapi relaksasi berdasarkan buku SIKI (2018), adapun aktivitas keperawatan yang dilakukan yaitu, identifikasi penurunan tingkat energy, ketidakmampuan berkonsentrasi atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif, identifikasi teknik relaksasi yang pernah efektif digunakan, periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah dan suhu sebelum dan sesudah latihan, monitor respon terhadap terapi relaksasi, ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan , berikan informasi tertulis tentang persiapan dan prosedur teknik relaksasi, gunakan pakaian longgar, gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama, gunakan relaksasi sebagai strategi penunjang dengan analgetik atau tindakan medis lain, jika sesuai, jelaskan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

tujuan, manfaat, batasan dan jenis relaksasi yang tersedia, jelaskan secara rinci, anjurkan mengambil posisi nyaman, anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi, anjurkan sering mengulangi atau melatih teknik yang dipilih, demonstrasikan dan latih teknik relaksasi. Dari beberapa intervensi tersebut tidak semua dilakukan seperti berikan informasi tertulis, gunakan pakaian longgar dan gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama dikarenakan akan disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan individual pasien.

Intervensi tambahan dari beberapa *Evidence Based Nursing (EBN)* terbaru yang dapat dijadikan intervensi untuk dapat dilaksanakan dengan tujuan pola tidur membaik diantaranya ada 5 EBN, tetapi penulis memilih 3 EBN karena sesuai dengan fisiologis pasien dan efektivitas dari EBN tersebut untuk diterapkan pada kedua pasien yaitu seperti, pemberian aromaterapi lavender (Sediana.,et al 2022), hand massage (Hana & Lazuardi, 2023) dan terapi relaksasi benson (Handono.,et al 2021). Pada EBN aromaterapi lavender menurut penelitian Ayudia & Putri (2022), mengatakan penggunaan aromaterapi bunga lavender salah satunya dengan cara inhalasi untuk mendapatkan manfaat langsung kedalam tubuh, dari penelitian ini didapatkan dari hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa p-value=0,001 yang artinya kualitas tidur dapat diperbaiki dengan aromaterapi lavender dibuktikan 80% responden terjadi perbaikan kualitas tidur. Selanjutnya pada EBN hand massage menurut Nuri & Fatkhur (2024), metode hand massage dipilih karena kecilnya efek samping yang ditimbulkan dan lebih ekonomis, hand massage diberikan untuk menimbulkan efek yang menyenangkan bagi pasien carcinoma mamae, dari hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh hand massage terhadap gangguan pola tidur dengan p value <0,001 artinya penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh hand massage untuk mengatasi masalah gangguan tidur. Pada penerapan EBN berikutnya yaitu teknik relaksasi benson, menurut Rahman et al, 2020, teknik relaksasi benson merupakan terapi religius yang melibatkan faktor keyakinan agama, untuk lebih meningkatkan spritualnya dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, sehingga teknik relaksasi yang tepat untuk

kemenkes Poltekkes Bengkulu

di lakukan dalam menangani masalah ketidaknyamanan yang megakibatkan gangguan pola tidur, dari hasil penelitian ini menggunakan uji statistik di dapat kan nilai P value = 0,000 pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah di lakukan terapi relaksasi yang berarti ada pengaruh yang signifikan terapi relaksasi benson terhadap kualitas tidur pada pasien Carsinoma Mamae. Perencanaan yang disusun untuk mengatasi masalah keperawatan sudah sesuai dengan teori dan tidak ada kesenjangan antara kasus dan teori.

D. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan adalah upaya untuk merealisasikan rencana tindakan keperawatan yang telah ditetapkan yaitu membina hubungan saling percaya adalah hal yang sangat penting dalam tahap pelaksanaan implementasi ini, sehingga upaya pelaksanaan atau tindakan yang dilaksanakan dapat diterima sebagai upaya untuk memecahkan masalah. Implementasi dilakukan peneliti selama 3 hari pada kasus Ny. M dan Ny.S yang dimulai pada tanggal 23 April 2025 sampai dengan 25 April 2025, implementasi dilakukan pada shift dinas sore yaitu pada pukul 14.00 selama 15 menit setiap pasien. Pada studi kasus ini peneliti melakukan implementasi dan mengevaluasi keadaan pasien setiap hari. Gangguan pola tidur yang terjadi pada kedua pasien terjadi karena kurang kontrol tidur akibat nyeri pada luka post op ca mamae sebelah kiri, rasa nyeri yang muncul berpengaruh terhadap pola tidur pasien, sesuai dengan penelitian yang dilakukan Robby et al, (2022) menyatakan kondisi pada pasien post operasi mamae biasanya timbul ketidaknyamanan fisik diantaranya adalah timbul nyeri yang disertai dengan kegelisahan dan mengakibatkan sulit untuk tidur, jadi implementasi untuk mengatasi masalah tersebut telah dilakukan berdasarkan hasil evidence based yaitu diantaranya pertama, pemberian aromaterapi lavender, setelah diberikan aromaterapi lavender selama 3 hari pasien merasa lebih nyaman, rileks, kesulitan tidur berkurang dan merasa tidur lebih puas. Sejalan dengan penelitian Ayudia & Putri, (2022) didapatkan sebagian besar pasien post operasi mamae dengan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

mastektomi yang diberikan aromaterapi lavender dapat mengatasi gangguan tidur sebesar 71 %, aromaterapi lavender yang diberikan pada pasien post operasi mamae memberikan efek relaksasi pada otot yang menyebabkan pasien mudah tidur, aromaterapi yang dihirup memasuki hidung mencapai sistem limbik dihipotalamus yang akan meningkatkan gelombang alfa didalam otak dan akan membantu pasien untuk merasa rileks. Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Lestari, (2022) diperoleh nilai P value = 0,000 yang artinya pasien post operasi mamae merasa tidur lebih puas setelah diberikan aromaterapi lavender, aromaterapi lavender dapat memperbaiki kualitas tidur, memberikan pengaruh terhadap kualitas tidur karena kandungan linalool mempengaruhi gelombang alfa dan beta sehingga dapat memperbaiki dan meningkatkan kualitas tidur seseorang.

Kedua dilakukan hand massage, setelah dilakukan hand massage pasien mengatakan senang dan nyaman sehingga tidur lebih puas. Sesuai dengan penelitian Robby, (2022) terdapat 65% pasien post operasi mamae dengan gangguan pola tidur merasa lebih nyaman dan pola tidru membaik, hand massage atau pijat kaki dapat memberikan efek relaksasi yang mendalam, mengurangi rasa sakit, ketidaknyamanan secara fisik, dan meningkatkan kualitas tidur. Hand massage juga mempunyai beberapa keuntungan diantaranya mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot,memberikan rasa nyaman pada pasien dan meningkatkan kualitas tidur, sejalan dengan penelitian Lailatul & Fatkhur, 2024 diperoleh nilai P value = 0,000 yang artinya bahwa hand massage adalah salah satu metode yang paling efektif dari terapi komplementer dikarenakan saat pasien diberikan hand massage ada efek relaksasi yang dirasakan pasien sehingga pasien merasa nyaman dan mudah untuk tertidur (Putri & Lazuardi, 2023). Sejalan dengan penelitian Maria & Novriyanti, (2024) berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Hand Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Cancer Mamae Di Yayasan Cancer Indonesia Surabaya” mengatakan bahwa tingkat gangguan pola tidur pasien ca mamae sebelum diberi kan teknik relaksasi hand massage memiliki rata-rata 5.09

kemenkes Poltekkes Bengkulu

dan setelah diberikan teknik relaksasi hand massage mengalami penurunan gangguan pola tidur dengan rata-rata 3.09, hand Massage efektif dalam meningkatkan kualitas tidur dan dianggap menghasilkan efek terapeutik untuk menurunkan kadar kortisol, norepinefrin dan epinefrin dengan merangsang sistem saraf, sehingga meningkatkan kualitas tidur pasien. Hand massage lebih efektif karena dapat mengurangi ketegangan otot, menciptakan suasana relaks yang pada akhirnya dapat memperbaiki kualitas tidur pasien.

Ketiga dilakukan terapi relaksasi benson, setelah dilakukan pasien mengatakan merasa lebih tenang dan rileks sehingga kesulitan tidur berkurang. sejalan dengan penelitian Rahman et al, (2020) menunjukkan pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan terapi relaksasi benson sebelum dan sesudah diberikan intervensi terdapat 56 % pasien mengalami peningkatan kualitas tidur, terapi relaksasi benson yaitu gabungan teknik relaksasi nafas dalam yang di lakukan dengan cara memusatkan faktor keyakinan dan menghilangkan berbagai pikiran yang mengganggu, berimplikasi terhadap mengatasi keluhan dan menambah keimanan serta mendapatkan pengalaman – pengalaman transidensi, terapi relaksasi benson juga lebih efektif karena dapat di gunakan di segala tempat, demikian juga penelitian yang dilakukan Clara & Maellisa (2022) diperoleh nilai P value = 0,000 yang artinya terapi relaksasi benson berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur, relaksasi benson mampu mengurangi ketegangan, mengurangi persepsi nyeri dan membantu tidur lebih nyenyak. Dari tiga EBN terapi relaksasi yang diberikan untuk mengurangi gangguan pola tidur pada kedua pasien mengatakan relaksasi yang paling efektif untuk meningkatkan kenyamanan adalah relaksasi benson, pasien mengatakan tindakan relaksasi mudah dilakukan dan menenangkan.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

E. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan merupakan tindakan intelektual untuk mencapai proses keperawatan yang mengadakan seberapa jauh diagnosa keperawatan,

rencana tindakan, dan pelaksanaannya sudah berhasil di capai berdasarkan tujuan yang telah di buat dalam perencanaan keperawatan(Potter & Perry, 2022). Evaluasi digunakan dalam bentuk S (Subjektif), O (Objektif), A (Analisa), P (Perencanaan terhadap annalisis). Evaluasi dilakukan setiap hari pada kedua pasien yaitu menggunakan evaluasi SOAP pada awal jam dinas sampai terakhir di evaluasi kembali setelah diberikan intervensi pada jam akhir dinas. Evaluasi keperawatan pada pasien Ny. M dan Ny. S setelah diberikan intervensi keperawatan dengan SIKI : Terapi relaksasi beserta EBN didapatkan pola tidur berada pada level 4 yaitu cukup membaik pada hari ketiga. Pada kedua kasus dengan gangguan pola tidur pada Ny. M dan Ny.S sama-sama menunjukkan perbaikan gejala yang diamati antara lain : keluhan sulit tidur cukup menurun, keluhan sering terjaga cukup menurun dan keluhan tidak puas tidur cukup menurun. Berdasarkan hasil evaluasi dan data pre-post kuesioner PSQI pada kedua pasien dapat disimpulkan bahwa EBN Relaksasi Benson memiliki pengaruh lebih baik dibanding 2 EBN lainnya yang diterapkan pada kedua pasien. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Clara & Maellisa (2022) terapi relaksasi benson berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur, mampu mengurangi ketegangan, mengurangi persepsi nyeri dan membantu tidur lebih nyenyak.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

F. Keterbatasan Studi Kasus

Dalam penelitian ini, tidak juga terlepas dari keterbatasan – keterbatasan yang terjadi, yaitu :

1. Peneliti memiliki keterbatasan dalam memberikan asuhan keperawatan maksimal selama 24 jam. Implementasi hanya dilakukan selama ± 8 jam per hari, selebihnya perawat yang bertugas selanjutnya yang memantau kondisi pasien
2. Studi kasus ini hanya diaplikasikan pada dua kasus asuhan keperawatan sehingga hasil yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan pada pasien post op ca mamae lainnya yang mengalami gangguan pola tidur