

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh terapi akupresur pada titik *HT7 Shenmen* terhadap kualitas tidur pasien kanker, didapatkan skor rata-rata kualitas tidur sebelum diberikan intervensi adalah  $7,16 \pm 1,491$ , sedangkan setelah diberikan intervensi berupa akupresur pada titik *HT7 Shenmen* sebanyak 4 Minggu 1 Minggu 3 kali pertemuan didapatkan skor rata-rata kualitas tidur mengalami penurunan yaitu menjadi  $4,00 \pm 1,354$ . Besarnya penurunan skor yaitu mencapai  $3,20 \pm 1,581$ . Berdasarkan uji statistik didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan terapi akupresur pada titik *HT7 Shenmen* terhadap kualitas tidur pasien kanker.

#### **7.2 Saran**

##### **7.2.1 Bagi Pasien Kanker**

Diharapkan pasien kanker dengan kualitas tidur yang buruk dapat melakukan penekanan pada titik akupresur yaitu *HT7 Shenmen* selama 10 menit secara mandiri dirumah

### **7.2.2 Bagi Perawat**

Diharapkan perawat dapat mengaplikasikan terapi akupresur pada titik HT7 Shenmen ini sebagai penatalaksanaan untuk pengobatan non farmakologi dalam mengatasi kualitas tidur yang buruk pada pasien kanker.

### **7.2.3 Bagi Keluarga**

Diharapkan keluarga dapat mendampingi pasien kanker untuk menerapkan terapi komplementer akupresur pada titik HT7 Shenmen dalam upaya mengatasi kualitas tidur yang buruk.

### **7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya dengan melakukan modifikasi desain penelitian menjadi *quasi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest control group design* dan memodifikasi intervensi dengan menggabungkan beberapa titik lain serta menambahkan variabel dependen yang diukur seperti kecemasan dan nyeri.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Janice LH, Kerry HC. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. Vol. (14). Philadelphia; 2018.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Kementeri Kesehatan RI. 2018;1–582.
3. Aslam MS, Naveed S, Ahmed A, Abbas Z, Gull I, Athar MA. Side Effects of Chemotherapy in Cancer Patients and Evaluation of Patients Opinion about Starvation Based Differential Chemotherapy. *J Cancer Ther.* 2014;05(08):817–22.
4. Fitriatuzzakiyyah N, Sinuraya RK, Puspitasari IM. Terapi Kanker dengan Radiasi : Konsep Dasar Radioterapi dan Perkembangannya di Indonesia *Cancer Therapy with Radiation : The Basic Concept of Radiotherapy and Its Development in Indonesia.* 2017;6(4).
5. Anggraini D, Marfuah D, Puapasari S. Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *J Empati.* 2020;1(1):21–35.
6. Gautama, Ariani. Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Radioterapi Di Rsup Sanglah Denpasar. *J Med Udayana.* 2021;10(7):4–8.
7. Alifiyanti D, Hermayanti Y, Setyorini D. Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung. *J Pendidik Keperawatan Indones.* 2017;3(2):115.
8. Garbarino S, Lanteri P, Bragazzi NL, Magnavita N, Scoditti E. Role of Sleep Deprivation in Immune-related Disease Risk and Outcomes. *Communitcations Biology;* 2021.
9. World Health Organization W. Pricing of cancer medicines and its impacts (WHO) [Internet]. WHO press. 2018. 1–171 p. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/277190/9789241515115-eng.pdf?ua=1>
10. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018 [Internet]. Kementerian Kesehatan RI. 2018. 191 p. Available from: <https://drive.google.com/drive/folders/1XYHFQuKucZIwmCADX5ff1aDhfJgqzI-l%0A>
11. Amelia W, Despitasari L, Alisa F. Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Pada Saat Pandemi Covid-19 Di RSUP Dr. M.Djamil Padang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2021;6(2).
12. Handayani, Udani G. Kualitas tidur dan distress pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *J Keperawatan.* 2016;XII(1):66–72.
13. Retnaningsih D. Keperawatan Paliatif [Internet]. Bojong Pekalongan: Penerbit NEM; 2021. Available from:

<https://books.google.co.id/books?id=5GxXEAAAQBAJ>

14. Khasanah K, Hidayati W. Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “MANDIRI” Semarang. *J Nurs Stud* [Internet]. 2012;1(1):189–96. Available from: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>
15. Hananta L, Benita S, Barus J, Halim F. Gangguan Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Dharmais Jakarta. *Damianus J Med*. 2014;13(2):84–94.
16. Sadock BJ, Ahmad S, Sadock VA. *Clinical Psycchiatry*. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2019.
17. Rohayati E. *Keperawatan Dasar I* [Internet]. Cirebon: LovRinz Publishing; 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=bY8dEAAAQBAJ>
18. Natassia K. *Monograf Larutan Aromaterapi Lavender Untuk Insomnia* [Internet]. Bandung: Media Sains Indonesia; 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=eitBEAAAQBAJ>
19. Esherlita T. *Susah Tidur: Mengatasi sulit tidur* [Internet]. Bandung: Lentera Bangsa; 2015. (Makalah Lentera Bangsa). Available from: <https://books.google.co.id/books?id=PhznCQAAQBAJ>
20. Induru RR, Walsh D. Cancer-Related Insomnia. *Am J Hosp Palliat Med*. 2014;31(7):777–85.
21. Ghaddafi M. Tatalaksana Insomnia Dengan Farmakologi Atau Non-Farmakologi. *E-Jurnal Univ Udayana*. 2013;1–17.
22. Rahayu HSE, Kartika Wijayanti MK, Prasetyo AA. *Akupresur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian* [Internet]. Magelang: Unimma Press; 2018. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=LGHWDwAAQBAJ>
23. Ilyas H, Efendi S, Wahyuni A. View of Peningkatan Efek Akupresur Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien ESRD (End Stage Renal Disease) Di Ruang Hemodialisa RS. Pelamonia Makassar [Internet]. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*. 2021 [cited 2021 Nov 9]. p. 14–20. Available from: <https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/205/179>
24. Wiyatno ER, Pujiastuti RSE, Suheri T, Saha D. Effect of Accupressure on Quality of Sleep and Pulse Rate in Patients With Acute Myocardial Infarction. *Belitung Nurs J*. 2017;3(4):360–9.
25. Au DWH, Tsang HWH, Ling PPM, Leung CHT, Ip PK, Cheung WM. Effects of acupressure on anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Acupunct Med*. 2015;33(5):353–9.
26. Moloud SR, Abbas S, Fatemeh G, Shahrbanoo K, Bahram NN. The effect of acupressure on pain, anxiety, and the physiological indexes of patients with cancer undergoing bone marrow biopsy. *Complement Ther Clin Pract* [Internet]. 2017;29:136–41. Available from:

<http://dx.doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.09.002>

27. Meylana N. Efektivitas Akupresur Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Wanita Perimenopause Di Desa Pancuranmas Magelang 2016. *J Holist Nurs Sci* [Internet]. 2015;2(2):11. Available from: <https://media.neliti.com/media/publications/70787-ID-efektivitas-akupresur-dan-aromaterapi-la.pdf>
28. Jia G. An Association Rule Analysis of Acupressure Effect on Sleep Quality. *Res Sq*. 2020;1–13.
29. Abbasi Tadi S, Saberi M, Akbari H. Effect of Acupressure at ShenMen Acupoint on the Sleep Quality of Nurses in Emergency Departments and Intensive Care Units. *Complement Med J*. 2021;10(4):380–95.
30. Yin X, Gou M, Xu J, Dong B, Yin P, Masquelin F, et al. Efficacy and safety of acupuncture treatment on primary insomnia: a randomized controlled trial. *Sleep Med*. 2017;37:193–200.
31. Cheung MC, Chan AS, Yip J. Microcurrent stimulation at shenmen acupoint facilitates EEG associated with sleepiness and positive mood: A randomized controlled electrophysiological study. *Evidence-based Complement Altern Med*. 2015;2015.
32. Son C-G. Clinical application of single acupoint (HT7). *Integr Med Res* [Internet]. 2019;8(4):227–8. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.imr.2019.08.005>
33. Ikhsan MN. *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi* [Internet]. Padasuka Cimahi: Bhimaristan Press; 2019. (Akupresur). Available from: <https://books.google.co.id/books?id=Ffu2DwAAQBAJ>
34. Handoko P. *Pengobatan Alternatif* [Internet]. Jakarta: Elex Media Komputindo; 2013. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=oEhbDwAAQBAJ>
35. Komariah M, Mulyana AM, Maulana S, Rachmah AD, Nuraeni F. Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Med Utama*. 2021;02(04).
36. Syarif H, Nurachmah E, Gayatri D. Terapi Akupresur Dapat Menurunkan Keluhan Mual Muntah Akut Akibat Kemoterapi Pada Pasien Kanker. *Keperawatan Indones*. 2011;14(2):133–40.
37. Fatma EPL, Choiriyah M, Hidayah R. Efektifitas Akupresur Terhadap Penurunan Mual Muntah Akibat Kemoterapi Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara. *J Kesehat Masy*. 2018;3(2).
38. Kadek N, Suarniti A, Ketut SA, Wati C, Muliawati NK, Studi P, et al. The Effect Of Acupressure Therapy To Overcome Sleep Disorders In The Elderly. *J Keperawatan*. 2020;1–9.
39. Dahlan AZ. *Acupoint dan Dasar Akupunktur* [Internet]. Bandung: LKP Ilalang; 2020. Available from:

<https://books.google.co.id/books?id=SF0IEAAAQBAJ>

40. Hartono RIW. Akupresur untuk berbagai Penyakit : Dilengkapi dengan Terapi Gizi dan Herbal. 1st ed. Yogyakarta : Rapha; 2012. 306 hlm.
41. Rukayah S, Prihatini F, Vestabilivi E. Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Mual Muntah Lambat Akibat Kemoterapi pada Anak Usia Sekolah yang Menderita Kanker di RS Kanker Dharmais Jakarta. *Japanese J Rehabil Med.* 2014;34(3):234–5.
42. Atus I, Widyastari S, Eka W. Pengaruh Terapi Akupunktur dan Akupresur terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Penderita Nyeri Tungkai Bawah di Dukuh Duwetan The Effect of Acupuncture and Acupressure Therapy Against a Decline in The Level of Pain in Lower Limb Pain in Dukuh Duwetan. *J Ilm Kesehat dan Apl.* 2021;9(2):82–9.
43. Werdani YDW. Acupressure Therapy as Alternative Treatment on Cancer-Related Fatigue in Cancer Patients. *Str J Ilm Kesehat.* 2019;8(1):21–7.
44. Yeh CH, Chien LC, Balaban D, Sponberg R, Primavera J, Morone NE, et al. A randomized clinical trial of auricular point acupressure for chronic low back pain: A feasibility study. *Evidence-based Complement Altern Med.* 2013;2013.
45. Gusti N, Pramita A, Mastiningsih P. Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Abian Semal 1. *Str J Ilm Kesehat.* 2018;7(2):47–51.
46. Potter PA, Perry AG, Stockert PA, Hall A, Novieastari E, Ibrahim K, et al. *Fundamentals of Nursing Vol 2- 9th Indonesian edition [Internet].* Singapore: Elsevier Health Sciences; 2019. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=vez3DwAAQBAJ>
47. Nashori F, Wulandari ED. *Psikologi tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia.* Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia; 2021.
48. Handiyani H, Hariyati TS, Yetti K. *Healthy Nurse : Napping Sehat Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan [Internet].* Jakarta: Universitas Indonesia Publishing; 2018. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=AuQGEEAAAQBAJ>
49. Wisnasari S, Utami YW, Susanto AH, Dewi ES. *Keperawatan Dasar: Dasar-Dasar untuk Praktik Keperawatan Profesional [Internet].* Malang; 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=foZTEAAAQBAJ>
50. Riswanto AR, Wulandari IS, Adi GS. Bantal Terapi Lavender Berpengaruh Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *J Keperawatan.* 2021;13(1):29–38.
51. Hidayat, Aziz A. *Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan Jilid 1.* Jakarta: Salemba Medika; 2012.
52. Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric and Research.* Ireland: Elsevier Ireland Ltd; 1988. p. 193–203.

53. Wulansari I, Afiyanti Y, Trihandini I. Perubahan Skor Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Melalui Terapi Progressive Muscle Relaxation Dan Sleep Hygiene Education. *J Keperawatan* Vol 12 No 4, Hal 899 - 908, Desember 2020. 2020;12(4):899–908.
54. Chen R et all. Solusi Cerdas Mencegah \& Mengobati Kanker [Internet]. Jakarta: AgroMedia; 2012. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=tKQZiOzfh7MC>
55. Kurniasari FN, Harti LB, Ariestiningsih AD, Wardhani SO, Nugroho S, Rahman N. Buku Ajar Gizi dan Kanker [Internet]. Malang: Universitas Brawijaya Press; 2017. Available from: [https://books.google.co.id/books?id=%5C\\_P5UDwAAQBAJ](https://books.google.co.id/books?id=%5C_P5UDwAAQBAJ)
56. Junaidi I. Hidup Sehat Bebas Kanker - Mewaspada Kanker Sejak dari Dini [Internet]. Yogyakarta: Penerbit Andi; 2014. Available from: [https://books.google.co.id/books?id=Nv%5C\\_sDwAAQBAJ](https://books.google.co.id/books?id=Nv%5C_sDwAAQBAJ)
57. Mulyani NS, Nuryani. Kanker Payudara dan PMS Pada Kehamilan. Cet 1. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013. 1.
58. Howard P, Chady B. Placement learning in cancer and palliative care nursing : a guide for students in practice. America: Baillière Tindall/Elsevier; 2012. 264 p.
59. Ariani S. Stop Kanker. 1st ed. Yogyakarta: Istana Media; 2015.
60. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. 5th ed. Suslia A, Lestari PP, Asmara DJ, Fadila D, editors. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
61. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D. 2nd ed. Sutopo, editor. Bandung: Alfabeta; 2019.
62. Hidayat AAA. Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
63. Sukmawati NMH, Putra IGSW. Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index ( Psqi ) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. *J Lngkungan dan Pembang*. 2019;3(2):30–8.
64. Zhang C, Zhang H, Zhao M, Li Z, Cook CE. Reliability , Validity , and Factor Structure of Pittsburgh Sleep Quality Index in Community-Based Centenarians. 2020;11(August):1–11.
65. Anggraini D, Marfuah D, Puspasari S. Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *J Ilm Kesehat Keperawatan*. 2020;16(2):91.
66. Mansano-schlosser TC, Ceolim MF. Factors associated with sleep quality in the elderly receiving. *Rev Latino-Am Enferm*. 2012;20(6):1100–8.
67. Rosdianti Y, Herlina, Hasanah O. Hubungan Pendidikan dengan Kualitas Tidur pada Lansia di PTSW Khusus Khotimah Pekanbaru. *JOM FKp*. 2018;5(2):660–6.

68. Indrayani T, Maulidia Damayanti, Nurul Husnul Lail. The Effect of Acupressure Therapy on Sleep Quality of Elderly in Work Area of Melintang Health Center , Pangkalpinang. *Str J Ilm Kesehat.* 2021;10(1):964–75.
69. Amelia W, Andika M, Yulanda D, Latihan P, Kaki J, Kualitas T, et al. Pengaruh Latihan Jalan Kaki Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi Di RSUP DR.M DJAMIL Padang. *J Kesehat Mercusuar.* 2020;3(1):16–27.
70. Imanian M, Imanian M, Karimyar M. Sleep Quality and Fatigue among Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. Vol. 13, *International Journal of Hematology-Oncology and Stem Cell Research Original Article IJHOSCR.* 2019.
71. Van Onselen C, Paul SM, Lee K, Dunn L, Aouizerat BE, West C, et al. Trajectories of sleep disturbance and daytime sleepiness in women before and after surgery for breast cancer. *J Pain Symptom Manage* [Internet]. 2013;45(2):244–60. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2012.02.020>
72. Syolihan Rinjani Putri D, Nabawiyati Nurul Makiyah S, Puspita D. Penerapan Sunnah Rasul Sebelum Tidur Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara. *Mutiara Med J Kedokt dan Kesehat.* 2018;18(2):61–6.
73. Arab Z, Shariati AR, Asayesh H, Vakili MA, Bahrami-taghanaki H, Azizi H. A sham-controlled trial of acupressure on the quality of sleep and life in haemodialysis patients. *Br Med J Publ Gr.* 2015;34:1–5.
74. Jannah AA, Ardiana A, Purwandari R. Hubungan Perilaku Caring Perawat Dengan Tingkat Harapan Sembuh Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Program Kemoterapi Di Rumah Sakit Baladhika Husada Jember. *Bul Penelit Sist Kesehat.* 2020;23(3):169–77.
75. Afsari EA, Rokayeh C, Hamidah. Hubungan Perilaku Caring Perawat Dengan Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Ruby Timur Lantai 5 Santosa Hospital Bandung Kopo. *J Sehat Masada.* 2020;14.
76. Sulistyowati A, Putra KWR, Umami R. Hubungan Antara Usia Dan Tingkat Pendidikan Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Hamil Di Poli Kandungan Rsu Jasem, Sidoarjo. *Nurse Heal J Keperawatan.* 2017;6(2):40–3.
77. Bagheri-Nesami M, Gorji MAH, Rezaie S, Pouresmail Z, Cherati JY. Effect of acupressure with valerian oil 2.5% on the quality and quantity of sleep in patients with acute coronary syndrome in a cardiac intensive care unit. *J Tradit Complement Med.* 2015;5(4):241–7.
78. Arun R., Venkateshan M. Effectiveness of acupressure on quality of sleep of hemodialysis patients. *Int J Nurs Educ.* 2019;11(1):60.