

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada bab ini penulis menyampaikan kesimpulan dan rekomendasi terkait asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Ny. Y yang mengalami kecemasan berhubungan dengan krisis situasional dan dibuktikan dengan hasil data kuesioner menggunakan HARS dengan tingkat kecemasan sedang.

1. Hasil pengkajian pada lansia dilakukan secara bertahap karena kondisi lansia, sehingga tidak dapat diselesaikan dalam satu kali kunjungan. Namun, pasien menunjukkan sikap kooperatif, sehingga data pengkajian dapat dikumpulkan secara lengkap melalui beberapa kunjungan tersebut.
2. Diagnosa keperawatan ditegakkan secara aktual karena data pengkajian menunjukkan adanya karakteristik mayor yang memenuhi kriteria diagnosa, sehingga diagnosa yang ditegakkan adalah ansietas berhubungan dengan krisis situasional.
3. Intervensi keperawatan merujuk pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yang mencakup yaitu memantau tanda-tanda kecemasan, menciptakan suasana lingkungan yang nyaman, menggunakan pendekatan komunikasi yang tenang, serta melatih pasien melakukan teknik relaksasi Benson. Teknik relaksasi benson merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien.
4. Implementasi Keperawatan dilakukan dengan memberikan edukasi dan pelatihan terapi relaksasi benson kepada pasien, yang kemudian mampu

melaksanakan terapi tersebut secara mandiri selama 10 hari dengan persetujuan pasien. Karena termasuk terapi mandiri, perawat hanya melakukan pemantauan dan kunjungan setiap 3 hari sekali untuk memastikan keteraturan dan efektivitas terapi.

5. Evaluasi Keperawatan menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan berdasarkan data subjektif pasien, di mana keluhan yang sebelumnya menunjukkan kecemasan sedang kini menurun menjadi kecemasan ringan setelah dilakukan intervensi berupa terapi relaksasi benson secara teratur.

B. Saran

1. Bagi penulis

Penulis mengoptimalkan dalam pengkajian sampai dengan evaluasi agar hasil yang dicapai sesuai dengan kriteria tujuan keperawatan yang direncanakan. Dan mampu meningkatkan, ketelitian, kesabaran serta mampu memberikan pengelolaan yang lebih optimal guna mendapatkan suatu hasil yang maksimal.

2. Bagi institusi pendidikan

Pada karya tulis ilmiah ini pada institusi pendidikan dapat mengaplikasikan, mengoptimalkan dan mengembangkan ilmu keterampilan peserta didik melalui praktek dan pembuatan sebuah laporan kasus.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Mengintegrasikan terapi relaksasi benson sebagai salah satu intervensi dalam program keperawatan lansia, khususnya dalam mengatasi masalah ansietas akibat krisis situasional. Pelatihan dan edukasi terkait

teknik ini perlu ditingkatkan untuk meningkatkan efektivitas implementasi di lapangan.

4. Bagi Lansia

Terapi relaksasi Benson dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Oleh karena itu, lansia disarankan untuk mempelajari teknik ini sebagai salah satu cara sederhana untuk menurunkan ansietas.