

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penulisan karya ilmiah akhir ners “Analisis asuhan keperawatan melalui intervensi Nonfarmakologis Teknik relaksasi autogenik terhadap kecemasan pada ibu nifas di Rumah Sakit buah hati Ciputat”.

Penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian

Hasil pengkajian pada Ny. F dan Ny. D menunjukkan keselarasan antara data subjektif dan data objektif berdasarkan kriteria data dalam SDKI dan data yang ditemukan di lapangan.

2. Diagnosa

Hasil data pada Ny. F dan Ny. D berdasarkan pengkajian ditemukan masalah keperawatan utama yaitu Ansietas berhubungan dengan krisis situasional

3. Intervensi

Rencana keperawatan yang diberikan pada Ny. F dan Ny. D dengan masalah utama kecemasan adalah reduksi ansietas yang terdiri dari observasi, terapeutik dan edukasi.

4. Implementasi

Tindakan keperawatan yang diberikan selama 3x24 jam pada Ny. F dan Ny. D dengan masalah keperawatan ansietas adalah Teknik relaksasi autogenik.

5. Evaluasi

Hasil dari Tindakan yang sudah di berikan menunjukkan bahwa intervensi tersebut sangat berpengaruh untuk mengurangi kecemasan pada awal skor ZSAS pada Ny. F 65 dan Skor Ny. D 68 yang artinya cemas sedang. Setelah dilakukan intervensi Teknik relaksasi autogenik turun secara signifikan Skor ZSAS pada Ny. F 35 dan Ny. D 38 yang artinya

sudah tidak cemas. Dapat disimpulkan bahwa terapi Teknik relaksasi autogenik dapat mengurangi kecemasan pada ibu nifas.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih luas lagi mengenai pengetahuan ilmu Kesehatan maternitas dan menjadi lebih baik kedepannya serta mendukung untuk bahan pelajaran ilmu keperawatan maternitas khususnya terapi relaksasi autogenikm

5.2.2 Bagi Peneliti

Diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan dan saran untuk peneliti selanjutnya sumbangan pemikiran dan perkembangan. Dan mengaplikasikan hasil riset keperawatan khususnya mengenai penatalaksanaan terapi teknik relaksasi autogenik untuk mengatasi kecemasan pada ibu nifas dengan masalah keperawatan kecemasan.

5.2.3 Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap pelayanan keperawatan sebagai bahan kajian dalam peningkatan pelayanan kesehatan dengan memberikan informasi tentang pengaruh terapi teknik relaksasi autogenik terhadap masalah nyeri akut pada ibu postpartum SC.

5.2.4 Bagi Klien

Diharapkan Klien dapat menambah pengetahuan mengenai penanganan dalam mengurangi rasa kecemasan pada ibu nifas dan dapat melakukannya secara mandiri di rumah.