

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan di Pejaten Barat II melalui intervensi relaksasi otot progresif pada Ny. S dan Ny. R dengan diagnosis ansietas, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Setelah dilakukan pengkajian dan analisis masalah keperawatan utama pada kasus Ny. S dan Ny. R didapatkan masalah keperawatan utama ansietas/kecemasan.
2. Ny. S dan Ny. R diberikan intervensi berupa relaksasi otot progresif selama 3 hari
3. Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada Ny. S dan Ny. R selama 3 hari dan 6 kali pertemuan pagi dan sore didapatkan hasil klien mampu mengikuti terapi
4. Terdapat persamaan hasil sesuai jurnal yang saya angkat setelah diberikan 3 kali implementasi pada Ny. S dan Ny. R yaitu klien merasa lebih tenang perasaannya dan kualitas tidur klien juga membaik.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Penulis

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan masukan/informasi guna untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang berkaitan dengan dunia kesehatan yaitu mengenai intervensi terapi relaksasi otot progresif pada klien dengan kecemasan.

5.2 2 Bagi Pasien

Karya ilmiah ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ikut berpartisipasi dalam melakukan terapi relaksasi otot progresif secara mandiri pada saat timbul perasaan cemas.

5.2 3 Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah keluasan ilmu pengetahuan keperawatan dalam melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah keperawatan ansietas dan dapat menjadi acuan serta menjadi bahan pembandingan pada peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian pada klien dengan kecemasan.

5.2 4 Bagi Pelayanan Kesehatan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk pelayanan kesehatan dalam menerapkan terapi relaksasi otot progresif sebagai bagian dari program rehabilitas fisik dan psikologis, terutama bagi pasien dengan gangguan kecemasan, stres, atau gangguan kualitas tidur.

