

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan asuhan keperawatan yang telah diberikan pada lansia, maka dapat disimpulkan:

1. Setelah diberikan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami stress, berdasarkan hasil pengkajian didapatkan lansia mengalami penurunan tingkat stress
2. Berdasarkan hasil pengkajian maka diagnosa keperawatan yang diangkat pada lansia yang mengalami stress adalah koping tidak efektif .
3. Berdasarkan diagnosa yang dialami lansia maka intervensi untuk mengatasi masalah tersebut adalah promosi koping dan latihan relaksasi (*brain gym*).
4. Implementasi dilakukan sesuai dengan intervensi yang disusun secara teori dan tidak ditemukan adanya kendala untuk penerapan implementasi.
5. Berdasarkan implementasi keperawatan yang dilakukan selama 5 hari menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi ketiga responden yaitu terjadinya penurunan tingkat stress pada ketiga pasien.

B. Saran

1. Bagi Perawat

Diharapkan dapat menerapkan *brain gym* dalam menurunkan tingkat

stress pada lansia sebagai intervensi mandiri perawat.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan menjadi referensi acuan bagi pengembangan ilmu keperawatan gerontik dalam pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penulisan ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk membuat SOP dari penerapan *brain gym* sebagai salah satu edukasi *discharge planning* untuk pasien sebagai intervensi preventif pada lansia yang mengalami stress untuk menurunkan tingkat stress.

