

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan dan analisis pengaruh terapi *expressive writing* pada An. P untuk mengontrol ansietas, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil pengkajian yang didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis yaitu terjadinya ansietas pada An. P disebabkan oleh kekhawatiran akan mengalami kegagalan dimasa depan. An. P mengatakan bahwa ia merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapinya saat ini, sulit berkonsentrasi, takut saat berhadapan dengan orang baru, dan takut akan terjadi hal buruk pada masa depannya kelak.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan sesuai dengan keluhan yang dirasakan oleh klien saat dilakukan pengkajian yaitu ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan.
3. Intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai dengan rumusan intervensi keperawatan teoritis berdasarkan SIKI. Adapun rencana tindakan yang dilakukan pada An. P yaitu yang pertama penulis melakukan *pre test* (HARS), bina hubungan saling percaya antara klien dengan penulis agar klien terbuka kepada penulis, selanjutnya rencana tindakan yang dilakukan adalah mengajarkan kepada klien mengenai terapi *expressive writing* untuk mengatasi ataupun mengontrol ansietas dan yang terakhir melakukan *post test* (HARS).

4. Implementasi keperawatan yang diberikan sesuai dengan konsep asuhan keperawatan yang sudah direncanakan dan telah tersusun secara teoritis yaitu penulis melaksanakan intervensi mengenai cara mengatasi dan mengontrol ansietas dengan mengajarkan dan melakukan penerapan terapi *expressive writing* untuk mengontrol ansietas. Dalam penerapan implementasi tidak ditemukan kendala sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan.
5. Evaluasi asuhan keperawatan pada An. P didapatkan adanya peningkatan terhadap kemampuan klien mengontrol ansietas, hal ini terlihat dari skor skrining HARS yang dilakukan pada klien yang mana pada awalnya An. P mengalami kecemasan sedang dengan skor 26 dan setelah diberikan terapi *ekspressive writing*, ansietas klien menurun menjadi tidak ada kecemasan yaitu dengan skor 10. Hal ini juga didukung dengan kriteria hasil verbalisasi kebingungan menurun, verbalisasi khawatir menurun, perilaku gelisah dan tegang menurun, serta konsentrasi dan pola tidur membaik.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Profesi keperawatan**

Perawat sebagai seseorang yang memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas, perlu melakukan pendekatan singkat namun sering dilakukan sebagai upaya untuk membina hubungan saling percaya antara perawat dengan klien. Perawat sangat diharapkan selalu memberikan semangat dan dorongan kepada klien.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Agar dapat dijadikan sebagai referensi dan pengembangan keilmuan Keperawatan Jiwa dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Agar dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan pemberian asuhan keperawatan pada klien ansietas dengan penerapan teknik terapi *expressive writing*.

