

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnosa medis mengenai intervensi teknik relaksasi benson untuk menurunkan kecemasan pada Ny. M yang menjalani hemodialisa akibat gagal ginjal kronik, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a) Masalah keperawatan yang diangkat yaitu hipervolemia berhubungan dengan gangguan mekanisme regulasi, nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik Masalah keperawatan ketiga yaitu ansietas berhubungan dengan penyakit kronis progresif
- b) Intervensi keperawatan yang direncanakan yaitu manajemen hipervolemia, manajemen nyeri, dan terapi relaksasi.
- c) Implementasi dengan melakukan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan kecemasan diberikan kepada pasien selama tiga hari.
- d) Hasil evaluasi pasien didapatkan masalah hipervolemia belum teratasi, masalah nyeri akut teratasi, dan kecemasan pasien menurun dari tingkat sedang menjadi ringan.
- e) Pasien mengatakan lebih rileks saat melakukan teknik relaksasi benson, pasien sering merasakan cemas saat akan tidur, yang menyebabkan pola tidur pasien menjadi terganggu, setelah

mempraktekkan teknik relaksasi benson, pada hari ketiga pemberian relaksasi benson pasien mengatakan kalau pasien bisa memulai tidur lebih cepat dan merasa tidurnya menjadi lebih nyenyak dengan skor kecemasan HARS 16 (ringan).

B. Saran

a. Bagi Rumah Sakit (Profesi Keperawatan)

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan alternatif dalam pemberian asuhan keperawatan sebagai salah satu intervensi mandiri yang diberikan perawat khususnya untuk mengatasi masalah psikologis yang dialami pasien dengan penyakit kronis khususnya gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan akibat tindakan hemodialisa dan penyakit yang dialaminya dengan relaksasi benson sebagai alternatif terapi non farmakologi.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan dalam pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif khususnya pada pasien gagal ginjal kronik yang mengalami gangguan psikologis kecemasan akibat hemodialisa dengan pengaplikasian teknik relaksasi benson.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan jumlah populasi sampel, tapi dengan lebih teliti untuk mengawasi teknik relaksasi benson yang dilatih oleh pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan akibat hemodialisa.

