

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan hasil asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Ny. L dengan masalah ansietas di Kelurahan Cupak Tengah dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan dari klien sudah sesuai dengan pengkajian teoritis yaitu didapatkan tanda dan gejala bahwa Ny. L mengalami ansietas sedang yang disebabkan karena faktor biologis dengan skor HARS awal 27.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan telah sesuai dengan diagnosa keperawatan teoritis yaitu ansietas sedang sebagai masalah keperawatan utama. Kemudian diagnosa kedua manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kurang terpapar informasi.
3. Intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai dengan rumusan intervensi keperawatan teoritis membantu klien mengidentifikasi ansietas, penyebab, tanda dan gejala ansietas, akibat ansietas, serta melatih klien mengatasi ansietas dengan teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnotis lima jari dan kegiatan spiritual, kemudian dikombinasikan dengan terapi ekspresive writing untuk mengatasi ansietas yang dialaminya.
4. Implementasi keperawatan yang telah diberikan pada klien sesuai dengan asuhan keperawatan yang telah disusun yaitu Penulis melaksanakan intervensi yaitu cara mengatasi dan mengontrol ansietas dengan

- mengajarkan terapi generalis (terapi relaksasi napas dalam, terapi relaksasi otot progresif, terapi distraksi, terapi hipnosis lima jari, terapi spiritual) dan melakukan penerapan terapi ekspresive writing untuk mengontrol ansietas
5. Evaluasi asuhan keperawatan yang diberikan kepada klien yaitu terjadi penurunan tingkat ansietas klien serta mampu meningkatkan pengetahuan klien mengenai penyakit diabetes melitus. Dibuktikan dengan hasil pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner HARS dari ansietas sedang (skor 27) menjadi ansietas ringan (skor 16).

B. Saran

1. Bagi Klien

Diharapkan agar terapi ekspresive writing dapat dilakukan saat klien merasakan khawatir atau cemas untuk mengurangi kecemasannya.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan bagi profesi keperawatan, perawat mampu mengembangkan kemampuan dibidang kesehatan jiwa dengan alternatif non farmakologi yaitu menurunkan ansietas pada penderita diabetes melitus dengan implementasi terapi ekspresive writing.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

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