

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan hasil asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Ny. D dengan masalah kecemasan di Kota Padang dan penerapan terapi senam yoga untuk mengatasi kecemasan pada penderita hipertensi dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil pengkajian yang didapatkan dari klien sudah sesuai dengan pengkajian teoritis yang mana di dapatkan dari tanda dan gejala bahwa Ny. D mengalami ansietas yang disebabkan karena faktor biologis penyakit hipertensi.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan telah sesuai dengan diagnosa keperawatan teoritis yaitu ansietas yang merupakan perasaan yang tidak nyaman atau khawatir yang disertai dengan autonom (sumber sering kali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu), perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi diri sendiri terhadap bahaya atau ancaman.
3. Rumusan intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai dengan rumusan intervensi keperawatan teoritis : mendiskusikan ansietas, penyebab. Proses terjadi, tanda dan gejala, dan akibat, kemudian melatih teknik relaksasi fisik, teknik distraksi, hipnotis lima jari, pendekatan spritual, dan terapi senam yoga untuk mengurangi ansietas.

4. Implementasi keperawatan yang telah direncanakan akan diberikan pada klien sudah dapat dilakukan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas yang diberikan pada klien dan keluarga.
5. Evaluasi asuhan keperawatan yang diberikan kepada klien mampu memberikan dampak positif bagi kondisi klien yaitu terjadinya penurunan tingkat ansietas klien serta mampu meningkatkan pengetahuan klien dan keluarga mengenai masalah hipertensi dan ansietas.

B. Saran

1. Bagi Klien

Diharapkan terapi senam yoga dapat klien lakukan saat terjadinya kecemasan atau khawatir dan dilakukan lebih sering agar lebih efektif dalam menurunkan kecemasan yang dirasakan.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan karya ilmiah ini menjadi bahan informasi dan menjadi pilihan dalam pemberian intervensi psikologis dalam mengatasi ansietas pada penderita hipertensi dengan pemberian senam yoga sehingga diharapkan dapat meningkatkan pelayanan yang lebih maksimal dalam pemberian asuhan keperawatan bagi tenaga kesehatan yang profesional.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada mahasiswa profesi selanjutnya agar dapat memfokuskan jiwa pada penderita penyakit kronik khususnya hipertensi

dan mengkaji faktor – faktor kecemasan secara lebih rinci dan melakukan implementasi keperawatan lain yang lebih efektif

