BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. Y dengan masalah ansietas di Tabing Kota Padang dan penerapan teknik relaksasi Prenatal Yoga untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada ibu hamil dapat disimpulkan sebagi berikut:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis yaitu terjadinya ansietas pada klien dilatar belakangi oleh kehamilan anak pertama (*Primigravida*) dan karena keluarga suami klien terserang covid yang membuat klien dan suami harus berjauhan sementara.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada pasien sesuai dengan diagnosa keperawatan teoritis yaitu diagnosa ansietas. Kecemasan pada Ny. Y yang didefenisikan sebagai ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan. Ansietas juga didefenisikan sebagai perasaan was-was, tidak nyaman, dan kekhawatiran yang dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.
3. Rumusan intervensi keperawatan yang direncanakan pada pasien dan keluarga sesuai dengan rumusan intervensi keperawatan teoritis yaitu pasien dapat membina hubungan saling percaya dengan

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

perawat, pasien dapat mengenali konsep dari kehamilan, dan pasien mendapat dukungan keluarga dalam mengatasi kecemasannya nya serta mampu menerapkan teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnotis lima jari, spiritual, dan relaksasi prenatal yoga mengatasi kecemasan yang dialaminya.

4. Implementasi keperawatan yang diberikan kepada pasien dengan masalah ansietas telah dapat dilakukan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan yang dilakukan pada individu dan keluarga, yaitu membina hubungan saling percaya, menjelaskan konsep kehamilan, menjelaskan tentang kecemasan, mengenal kecemasan dan cara mengontrolnya dengan menggunakan teknik teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnotis lima jari, spiritual, dan relaksasi prenatal yoga
5. Evaluasi asuhan keperawatan pada Ny. Y menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak posistif bagi kondisi Ny. Y yaitu terjadinya penurunan skor *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) sebelum (skor 27, dengan interpretasi sedang) dan sesudah (skor 19, dengan interpretasi ringan) diberikannya intervensi.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan bagi profesi keperawatan, perawat mampu mengembangkan kemampuan dibidang kesehatan jiwa dengan alternatif non farmakologis yaitu terapi relaksasi prenatal yoga dalam pemberian asuhan keperawatan mengenai pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan ansietas dengan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil karya ilmiah dapat menjadi bahan informasi bagi pemberian asuhan keperawatan dalam mengatasi ansietas pada ibu hamil mengenai intervensi psikologis seperti yoga relaksasi bagi ibu hamil untuk mengatasi kecemasan serta dapat meningkatkan pelayanan yang maksimal nantinya sebagai tenaga kesehatan yang professional, selain itu juga mampu menggerakan masyarakat untuk mengikuti penyuluhan mengenai masalah psikososial seperti ansietas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar pemberian pelaksanaan relaksasi prenatal yoga pada ibu hamil untuk menurunkan kecemasan. Disarankan peneliti selanjutnya untuk menggunakan instrumen khusus seperti *Anxiety Scale for Pregnancy* (ASP) untuk meningkatkan validitas. Hasil klinis juga perlu diukur sebagai efek dari gangguan kecemasan seperti tanda-tanda vital.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA