

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Nn. A dengan masalah ansietas dan penerapan *thought stopping therapy* dan *progressive muscle relaxation* pada mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian didapatkan klien sudah sesuai dengan pengkajian teoritis yang mana didapatkan tanda dan gejala bahwa Nn. A mengalami ansietas sedang ditandai dengan skor HARS 24
2. Diagnosa Keperawatan yang ditegakkan telah sesuai dengan diagnose keperawatan teoritis yaitu ansietas yang merupakan kondisi dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat takut akan kegagalan
3. Rumusan intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai dengan rumusan intervensi keperawatan teoritis yaitu mendiskusikan bersama klien tentang ansietas, melatih relaksasi nafas dalam, teknik distraksi, hipnotis lima jari dan pendekatan spiritual untuk mengontrol ansietas serta penerapan teknik *thought stopping* dan *progressive muscle relaxation*.
4. Implementasi keperawatan yang telah direncanakan sudah dapat dilakukan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan teoritis pada klien dengan ansietas yang diberikan pada klien

5. Evaluasi asuhan keperawatan yang diberikan kepada klien mampu memberikan dampak positif bagi kondisi klien yaitu terjadinya penurunan tingkat ansietas klien

B. Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan karya ilmiah ini dapat menjadi dasar bagi pelayanan kesehatan untuk melakukan intervensi teknik *thought stopping* dan *progressive muscle relaxation* untuk mengurangi ansietas.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan dengan adanya karya ilmiah ini mampu meningkatkan pemahaman dan dapat dijadikan referensi dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa pada kelompok resiko untuk mengatasi masalah kejiwaan dalam masyarakat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan terkait bagaimana melakukan asuhan keperawatan jiwa pada klien kelompok resiko, serta dapat meningkatkan pengetahuan untuk melakukan manajemen kasus penanganan ansietas pada mahasiswa dalam menyusun skripsi dengan penerapan teknik *thought stopping* dan *progressive muscle relaxation*.

