

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 *massage endorphine* untuk mengurangi kecemasan pada ibu nifas dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis yaitu terjadinya ansietas pada klien dilatar belakangi karena pada proses kelahiran anak pertama tidak didampingi langsung oleh suami dan setelah lahiran suami hanya bisa menemani selama seminggu dikarenakan harus kembali ka luar kota karna tuntutan pekerjaan. Dan Ny. Y juga khawatir karena produksi ASI yang sedikit untuk kecukupan gizi anaknya serta Ny. Y merasa kelelahan dan kurang istirahat karena perubahan yang dialami setelah kelahiran anak pertamanya.
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 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 *massage endorphine* 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 nifas, menjelaskan tentang kecemasan, mengenal kecemasan dan cara mengontrolnya dengan menggunakan teknik teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnotis lima jari, spiritual, dan relaksasi *massage endorphine*
5. Evaluasi asuhan keperawatan pada Ny. Y menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi Ny. Y yaitu terjadinya penurunan skor *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) sebelum (skor 27, dengan interpretasi sedang) sesudah dilakukan implemtasi general (skor 24) dan setelah implemantasi keseluruhan (skor 17, dengan interpretasi ringan) diberikannya intervensi.

B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan bagi profesi keperawatan, perawat mampu mengembangkan kemampuan dibidang kesehatan jiwa dengan alternatif non farmakologis yaitu terapi relaksasi *massage endorphine* dalam pemberian asuhan keperawatan mengenai pemberian asuhan keperawatan pada ibu nifas dengan ansietas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar pemberian pelaksanaan relaksasi *massage endorphine* pada ibu nifas untuk menurunkan kecemasan. Dan dapat mengembangkan teknik relaksasi lain untuk dapat menurunkan kecemasan.

