

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil dari pemberian asuhan keperawatan yang telah diterapkan kepada Tn.M dengan masalah utama ansietas di Kota Palembang serta penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi ansietas/kecemasan pada penderita hipertensi dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dari hasil pengkajian yang diperoleh dari klien dan didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis diperoleh data tanda dan gejala dari Tn. M yang mengalami ansietas/kecemasan dikarenakan faktor biologis penyakit hipertensi.
2. Diagnosa keperawatan secara teoritis dalam menegakan diagnosa keperawatan yang ditegakan setelah pengkajian telah sesuai yakni ansietas yang merupakan kondisi emosi dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman.
3. Dalam merumuskan intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai dengan intervensi keperawatan teoritis berupa diskusikan kecemasan, penyebab, tanda-dan gejala, proses terjadinya serta akibat, kemudian dilanjutkan dengan terepi generalis dengan melatih teknik relaksasi fisik :teknik napas dalam, teknik distraksi, hipnotis lima jari, pendekatan spiritual dan penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam mengurangi kecemasannya.



4. Implementasi keperawatan yang sudah direncanakan akan diberikan kepada klien dapat diberikan dengan rencanakan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas.
5. Evaluasi asuhan keperawatan setelah pemberian intervensi kepada klien sudah mampu memberikan dampak yang baik dan positif bagi keluhan yang dirasakan oleh klien yaitu terdapat penurunan tingkat kecemasan pada klien, meningkatkan kualitas tidur, serta mampu meningkatkan pengetahuan klien mengenai masalah penyakit hipertensi serta ansietas.

B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan

Bagi profesi kesehatan/keperawatan, agar mampu melakukan dan mengembangkan kemampuan dibidang kesehatan terkhususnya kesehatan jiwa dengan terapi non farmakologi dengan mengimplementasikan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi, menurunkan tekanan darah serta mengatasi gangguan tidur serta menjadikan terapi ini sebagai salah satu *evidence based practice*.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan karya ilmiah ini menjadi bahan informasi dan menjadi pilihan dalam pemberian asuhan keperawatan dalam mengatasi ansietas pada penderita hipertensi dengan pemberian terapi relaksasi otot progresif sehingga diharapkan dapat meningkatkan pelayanan yang lebih

maksimal dalam pemberian asuhan keperawatan bagi tenaga kesehatan yang profesional.

3. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi mahasiswa disarankan untuk selanjutnya agar dapat lebih menfokuskan asuhan keperawatan jiwa pada penderita penyakit-penyakit yang menimbulkan kecemasan khususnya hipertensi serta dapat mengimplementasikan asuhan



