

BAB V

PENUTUP

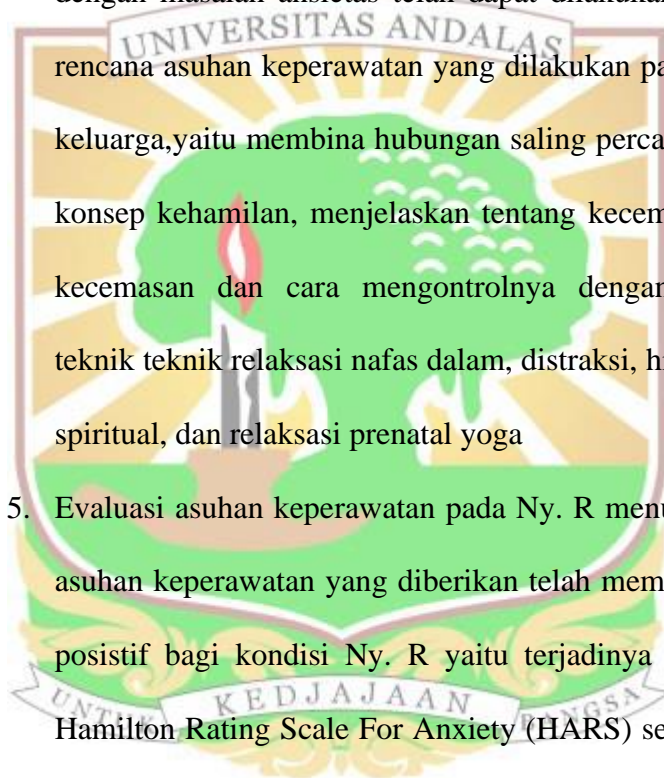
A. Kesimpulan

Kesimpulan dari asuhan keperawatan yang telah diberikan pada Ny. R dengan masalah kecemasan serta penerapan teknik relaksasi prenatal Yoga untuk mengurangi kecemasan dan keluhan ketidaknyamanan fisik pada ibu hamil dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis yaitu terjadinya ansietas pada klien dilatar belakangi oleh kehamilan dengan resiko tinggi yaitu saat ibu hamil berusia lebih 35 tahun dan jarak kehamilan sebelumnya lebih dari 10 tahun.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada pasien sesuai dengan diagnosa keperawatan teoritis yaitu diagnosa ansietas. Kecemasan pada klien didefinisikan sebagai keadaan perasaan gelisah, perasaan tidak menentu, rasa takut dan keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang akan datang kepada dirinya.
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 serta mampu menerapkan teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnotis lima jari, spiritual, dan relaksasi prenatal yoga untuk 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. R menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi Ny. R yaitu terjadinya penurunan skor Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS) sebelum (skor 25, dengan interpretasi sedang) dan sesudah (skor 18, dengan interpretasi ringan) diberikannya intervensi.



B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menambahkan ilmu pengetahuan dan tambahan informasi bagi bagian keperawatan mengenai pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan ansietas dengan terapi relaksasi prenatal yoga.

2. Pelayanan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan hasil karya ilmiah dapat menjadi bahan informasi bagi pemberian asuhan keperawatan dalam mengatasi ansietas dengan yoga relaksasi bagi ibu hamil. Sebagai educator perawat memiliki peranan penting dalam memberikan pengetahuan kepada ibu hamil untuk mengatasi kecemasan dan persiapan persalinan. Diharapkan pelayanan kesehatan dapat memfasilitasi ibu hamil dalam mendapatkan informasi tentang upaya mengatasi kecemasan dan keluhan yang dihadapi selama kehamilannya dengan pelatihan prenatal yoga guna mengurangi tingkat kecemasan dan sebagai persiapan fisik dan mental menghadapi persalinan.