

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Hasil laporan studi kasus pada pasien ansietas di dusun Cantelan Ketandan Klaten Utara, dapat disimpulkan bahwa :

#### **1. Pengkajian**

Data utama saat pengkajian adalah pasien mengatakan cemas, khawatir dengan kondisi pandemi saat ini yang semakin meningkat kasusnya. Khawatir jika anggota keluarganya terinfeksi covid-19. Pasien mengatakan jika ada masalah yang berat kadang mengeluh tidurnya tidak nyenyak karena sering terjaga, merasa pusing, kadang konsentrasinya sedikit terganggu. Jika menghadapi masalah yang berat maka akan sesekali mengernyitkan dahi dan menarik nafas sebagai kopingasinya. Tidak ada keluhan kardiovaskuler, pernafasan maupun pencernaan. Saat dilakukan wawancara tampak gelisah.

#### **2. Diagnosa keperawatan**

Diagnosa pada kasus ini adalah ansietas sebagai core problem, defisit pengetahuan sebagai causa dan gangguan pola tidur sebagai efeknya.

#### **3. Intervensi keperawatan ansietas**

Intervensi keperawatan ansietas: monitor tanda-tanda ansietas (verbal dan non verbal), dengarkan dengan penuh perhatian, latih kegiatan pengalihan untuk mengurangi ketegangan, latih tehnik relaksasi: jenis relaksasi yang tersedia (misal: latihan nafas dalam, tehnik latihan lima jari, relaksasi otot progresif, musik), jelaskan secara rinci intervensi relaksasi yang dipilih (misal : latihan nafas dalam, tehnik latihan lima jari, relaksasi otot progresif, musik), anjurkan mengambil posisi nyaman, anjurkan sering mengulang atau melatih tehnik yang dipilih, periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah dan suhu sebelum dan sesudah latihan.

#### **4. Implementasi keperawatan ansietas**

Implementasi keperawatan dilakukan mulai tanggal 8 Februari-14 Februari 2021. Pada hari pertama mengkaji masalah, mengidentifikasi masalah kecemasan, mengkaji respon verbal dan non verbal. Pada hari kedua dilakukan implementasi

memberikan pendidikan kesehatan tentang ansietas, menciptakan lingkungan yang kondusif, aman, nyaman. Hari ketiga memberikan edukasi tentang peningkatan imunitas jiwa fisik rileks nafas dalam, menganjurkan keluarga saling mendukung, menganjurkan posisi paling nyaman dan memberikan reinforcement. Hari keempat dengan mengajarkan fokus lima jari, menganjurkan merasakan sensasi dari fokus lima jari, mengkaji perasaan setelah melakukan tindakan. Hari kelima mengajarkan menghentikan pikiran, spiritual positif dan menganjurkan melakukan aktivitas untuk mengurangi kecemasan. Hari keenam yaitu memberikan edukasi tentang pencegahan covid-19 dan peningkatan imunitas fisik. Di hari terakhir melakukan evaluasi kegiatan pencegahan imunitas fisik dan mengevaluasi kecemasan yang dialami Tn. H.

5. Evaluasi keperawatan

Evaluasi pada hari terakhir didapatkan data masih merasakan cemas tetapi sudah tidak secemas sebelumnya, tidur berkualitas. menerapkan 3M, tidak khawatir jika berada dikeramaian. mampu menerapkan *sleep hygiene*, tidak ada gangguan konsentrasi, tidak ada gangguan pernafasan, kardiovaskuler maupun pencernaan, ekspresi wajah terlihat lebih santai dan tidak gelisah. HRSA menjadi skor 3.

B. Saran

1. Institusi pendidikan

Hasil karya ilmiah ini dapat dijadikan bahan referensi untuk meningkatkan kualitas dan pengembangan ilmu keperawatan oleh pendidik maupun mahasiswa dalam bidang keilmuan terutama mengenai Asuhan Keperawatan pada pasien dengan gangguan psikososial : ansietas

2. Bagi profesi keperawatan

Kepada profesi keperawatan agar meningkatkan kualitas asuhan keperawatannya, terutama dalam memberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial dimasa pandemi saat ini.

3. Bagi pasien

Pasien dapat mengikuti program Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial untuk mengurangi kecemasan yang dialami.

4. Bagi keluarga

Dapat meningkatkan pengetahuan keluarga untuk merawat pasien dengan gangguan psikososial ansietas.

