

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pengkajian

Sdri F mengatakan cemas dan kaget karena Sdr. F tidak mengetahui akan terjadi menstruasi karena tidak ada tanda dan gejala akan mengalami menstruasi. Cemas karena saat menstruasi ia mengeluarkan banyak darah, ia takut akan kehabisan darah. Cemas karena saat menstruasi mengalami nyeri perut, sehingga membuat ia tidak nyaman saat beraktivitas.

Sdri L mengatakan cemas dan bingung saat mengalami menstruasi pertama, Sdri L beranggapan bahwa seorang perempuan yang sudah mengalami menstruasi harus menjaga diri karena tidak boleh bersentuhan dengan lawan jenis, karena bisa menyebabkan hamil. Sdri L juga mengatakan ia bingung jika seorang wanita mengalami menstruasi memiliki banyak pantangan yang harus dihindari. Seperti tidak boleh keramas, tidak boleh memotong kuku, tidak boleh mengunjungi makam atau tempat bersejarah karena mitos dari nenek moyang.

2. Diagnosa Keperawatan

Dari hasil penelitian Sdri F dan Sdri L didapatkan diagnosa keperawatan yang utama yaitu *ansietas* berhubungan dengan kurang terpapar informasi ditandai dengan merasa cemas dan khawatir dengan kondisi yang dihadapi (menstruasi pertama).

3. Intervensi Keperawatan

Berdasarkan SIKI 2018, klien dengan masalah *ansietas* atau kecemasan peneliti menciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, pahami situasi yang membuat ansietas, gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan, anjurkan mengungkapkan perasaan dan persepsi, latih teknik relaksasi. Kemudian berdasarkan SLKI, 2018, didapatkan hasil bahwa verbalisasi atau persepsi kebingungan menurun, verbalisasi khawatir akibat *menarche* menurun, gelisah menurun.

4. Implementasi Keperawatan

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada Sdri F dan Sdri L, yaitu mereka mampu mengerti mengenai *menarche*, kecemasan dan mampu mengontrol kecemasan menggunakan teknik *hypnosis 5 jari* dan *guide imagery*.

5. Evaluasi Keperawatan

Hasil tindakan keperawatan sekama 6 hari yang sudah dilakukan peneliti untuk Sdri F dan Sdri L dengan diagnosa *ansietas*/kecemasan sedang, maka masalah dapat teratasi. Didapatkan hasil evaluasi, responden mampu mengenal menstruasi pertama, *ansietas* atau kecemasan. Ditandai dengan verbalisasi kebingungan menurun, verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun, dan perilaku gelisah menurun (SLKI,2018).

B. Saran

1. Bagi Remaja atau Masyarakat

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat menjadi salah satu jalan alternatif untuk menurunkan kecemasan.

2. Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan peran perawat sebagai pendidik, serta menjadi bahan pengembangan dan meningkatkan Pendidikan dalam bidang keperawatan secara professional dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan.

3. Bagi Institusi

Sebagai wacana intitusi dalam menentukan kebijakan kedepannya dan menambahkan program penyuluhan kesehatan.

4. Bagi penulis dan Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasannya untuk dir penulis sendiri, serta menambah wawasan untuk dimasa yang akan datang dan untuk referensi bagi penulis yang akan datang.