

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pengkajian

Sdri R mengatakan merasa cemas dan khawatir karena dirinya harus beradaptasi di lingkungan baru apa lagi dirinya jauh dari keluarga dan Sdri R mengatakan kuliah di Klaten karena keinginan kedua orang tuanya, lalu Sdri. R merasa cemas suka overthinking dengan jurusan yang diambil yang menyebabkan dirinya sulit untuk tidur, klien juga kesulitan di salah satu mata kuliah yang menyebabkan cemas karena takut tertinggal dengan teman-teman lainnya, bahkan karena malu klien merasa kurang percaya, klien juga merasa cemas karena mempunyai kakak yang sudah bekerja lalu membuat klien berfikir apakah bisa seperti kakaknya serta apakah bisa memenuhi ekspektasi kedua orang tua klien yang membuat klien over think.

Sedangkan Sdri S mengatakan khawatir akan masa depan, dirinya tidak menyangka bahwa perkuliahan sangat berbeda pada saat sekolah apa lagi tentang metode pembelajarannya, lalu dirinya merasa kaget bahwa dunia perkuliahan seperti tidak sesuai yang dibayangkan, klien mengatakan materi hanya difoto saja lupa untuk dicatat dan terkadang tidak memperhatikan pemaparan atau terkadang sulit berkonsentrasi yang menyebabkan dirinya mendapatkan nilai c waktu ujian dan, Klien mengatakan sebentar lagi akan melaksanakan ujian skill lab dan praktik klinik klien merasa baru sedikit yang dipahami maka dari itu klien merasa sangat khawatir tentang hal itu, Klien mengatani dulu dirinya pernah di bully karena berat badan, dan selalu berfikir seperti merasa kurang dan salah kepada orang lain, ragu kepada diri sendiri.

2. Diagnosa Keperawatan

Dari hasil penelitian Sdri R dan Sdri S didapatkan diagnosa keperawatan yang utama yaitu ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan ditandai dengan sulit berkonsentrasi, merasa gelisah dan sulit tidur.

3. Inteverensi Keperawatan

Berdasarkan SIKI, 2018 klien dengan masalah ansietas atau kecemasan peneliti menciptakan suasana secara terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan kepada klien, memahami situasi yang membuat ansietas, gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan,

anjurkan mengungkapkan perasaan dan persepsi, latihan teknik relaksasi. Kemudian berdasarkan SLKI, 2018 didapatkan hasil gelisah menurun, konsentrasi membaik dan pola tidur membaik.

4. Implementasi Keperawatan

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada Sdri R dan Sdri S, yaitu mereka mampu beradaptasi dengan baik, mampu mengerti mengenai kecemasan dan mampu mengontrol kecemasan dengan menggunakan teknik *guide imagery*.

5. Evaluasi Keperawatan

Hasil tindakan keperawatan selama 6 hari yang sudah dilakukan peneliti untuk Sdri R dan Sdri S dengan diagnosa ansietas atau kecemasan sedang, maka masalah dapat teratasi. Didapatkan hasil evaluasi responden mampu mengenal kecemasan ditandai dengan perilaku gelisah menurun, konsentrasi membaik dan pola tidur membaik. (Slki, 2018).

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang beberapa metode untuk mengurangi kecemasan.

2. Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sarana edukasi kepada mahasiswa tingkat awal dalam menghadapi perguruan tinggi.

3. Bagi Institusi

Diharapkan dapat meningkatkan peran pembimbing akademik dalam memberikan konseling tentang cemas akan pikiran sendiri, sulit berkonsentrasi yang menyebabkan sulit untuk tidur bagi mahasiswa tingkat awal.

4. Bagi Penulis dan Penulis Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan untuk diri penulis sendiri, serta menambah wawasan untuk di masa yang akan datang dan untuk referensi bagi penulis selanjutnya.