

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Pengkajian

Hasil pengkajian yang didapatkan pada Ny.M (62 thn) dengan keluhan utama khawatir, cemas akan keadaannya saat ini dan sering mengalami pusing serta sakit di area leher.

5.1.2 Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan yang muncul pada kasus Ny.M yaitu Ansietas berhubungan dengan Ancaman pada status terkini (Nanda Nic-Noc 2018 2020, domain 9, Kelas 2,00146)

5.1.3 Intervensi

Perencanaan disusun berdasarkan intervensi unggulan yang diberikan dengan pemberian terapi dzikir untuk mengatasi permasalahan ansietas pada Ny. M

5.1.4 Implementasi

Implementasi keperawatan yang diberikan berupa terapi dzikir, terapi ini dilakukan selama dua minggu untuk 1 minggu dilakukan 2x pertemuan dengan waktu 25-30 menit

5.1.5 Evaluasi

Evaluasi teknik relaksasi zikir yang dilakukan pada Ny.M mampu untuk membantu Ny.M agar lebih nyaman dan rileks. Hasil *Koesioner Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS-14)* pada Ny.M setelah dilakukan terapi relaksasi zikir mengalami penurunan pada pertemuan pertama skor 11 (cemas Sedang), pertemuan kedua skor 9 (cemas ringan), pertemuan ketiga skor menurun menjadi 4 (cemas ringan), dan pertemuan terakhir menurun menjadi 2 (Cemas sedang). Dapat disimpulkan teknik relaksasi zikir dapat mengatasi masalah ansietas.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Peneliti

Melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan beragam untuk memperkuat generalisasi temuan. Mempelajari mekanisme yang mendasari pengaruh dzikir terhadap ansietas hipertensi pada lansia. Mencoba berbagai jenis dzikir dan metode intervensi untuk mengoptimalkan efektivitasnya. Membandingkan efektivitas dzikir dengan intervensi lain untuk mengatasi ansietas hipertensi pada lansia.

5.2.2 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Membuat program edukasi tentang pengaruh dzikir terhadap ansietas hipertensi pada lansia bagi tenaga kesehatan dan pasien. Memasukkan terapi dzikir sebagai salah satu pilihan terapi komplementer untuk mengatasi ansietas hipertensi pada lansia. Melakukan penelitian untuk mengevaluasi efektivitas terapi dzikir dalam praktik klinis. Menyelenggarakan seminar dan workshop untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tenaga kesehatan dalam menerapkan terapi dzikir. Membuat media edukasi tentang terapi dzikir yang mudah dipahami dan diakses oleh lansia..

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Memasukkan materi tentang pengaruh dzikir terhadap ansietas hipertensi pada lansia ke dalam kurikulum pendidikan keperawatan dan ilmu kesehatan. Melakukan penelitian untuk mengembangkan model pembelajaran yang efektif dalam mengajarkan terapi dzikir kepada mahasiswa. Menyelenggarakan pelatihan bagi dosen dan mahasiswa tentang terapi dzikir. Membuat jejaring kerjasama dengan institusi penelitian dan pelayanan kesehatan untuk mendukung

pengembangan penelitian dan aplikasi terapi dzikir.

5.2.4 Bagi Masyarakat

Meningkatkan kesadaran tentang manfaat dzikir untuk mengatasi ansietas hipertensi pada lansia. mempraktikkan dzikir secara rutin sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Mencari informasi yang akurat tentang terapi dzikir dari sumber yang terpercaya. Berkonsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum memulai terapi dzikir, terutama bagi lansia yang memiliki penyakit komorbid. Berbagi informasi tentang manfaat dzikir kepada keluarga, teman, dan tetangga.