

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Hasil pengkajian dan diagnose keperawatan Gerontik Dengan Pasien Cemas hipetensi didapatkan Ny. M (62 Tahun) memiliki masalah kesehatan yaitu kecemasan. Terkait kecemasan yang diderita Ny. M dipengaruhi oleh usia dan keadaan pasien saat ini.
- 5.1.2 Masalah keperawatan yang ditemukan pada Ny. M adalah ansietas.
- 5.1.3 Perencanaan yang dilakukan penulis adalah tindakan teknik relaksasi zikir sebagai intervensi unggulan untuk mengatasi kecemasan pada Ny.M Intervensi ini dilakukan sebagai upaya untuk membantu mengatasi kecemasan, menurunkan nyeri dan membangun emosi positif dari emosi negative.
- 5.1.4 Implementasi intervensi unggulan yang dilakukan selama 25-30 menit selama 4 kali pertemuan.
- 5.1.5 Evaluasi dan implementasi teknik relaksasi zikir yang dilakukan adalah Ny M mampu memahami tentang pengertian, manfaat dan cara pelaksanaan teknik relaksasi zikir. Serta Ny.M juga mampu untuk melakukan secara mandiri tindakan teknik relaksasi zikir. Selain itu Ny. M juga mau melakukan tindakan tersebut secara rutin guna membantu Ny. M agar lebih nyaman dan rileks.
- 5.1.6 Hasil asuhan keperawatan 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).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien dengan Kecemasan

Terapi Dzikir memiliki manfaat yang baik untuk pasien Cemas dengan hipertensi salah satunya menurunkan tingkat kecemasan jika dilakukan secara rutin, maka diharapkan pasien dapat menerapkan terapi secara rutin.

5.2.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Saran untuk pelayanan kesehatan dapat mengoptimalkan pendidikan kesehatan tentang kecemasan pada lansia untuk menciptakan pemeliharaan kesehatan serta program penurunan angka kejadian kecemasan pada lansia. Selain itu, dapat juga mengoptimalkan peran dari kader- kader kesehatan di masyarakat menjadi role model pelaksanaan intervensi nonfarmakologi diantaranya terapi dzikir sebagai terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi.

5.2.3 Bagi Profesi Keperawatan

Terkhusus untuk perawat pada keperawatan gerontik dapat mengembangkan intervensi keperawatan terkait terapi dzikir sebagai upaya preventif dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dapat menimbulkan banyak masalah kesehatan terutama pada lansia. Tak hanya dalam kunjungan keluarga, intervensi ini dapat dilakukan dalam komunitas melalui penyuluhan di Posyandu dengan menggunakan leaflet. Sehingga masyarakat yang lebih luas dapat menerima dan mengetahui.

