

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan asuhan keperawatan pada Tn.P dengan masalah ansietas dan hasil pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti di Bab V di atas terkait “Terapi Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Lansia Di Wisma Drupadi RS Jiwa Ghrasia” dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Saat dilakukan pengkajian, didapatkan hasil dari rekam medic menurut keluarga mengatakan bahwa pasien dirumah ketakutan ada polisi. Pasien mengatakan memiliki riwayat sakit jiwa sejak 2015. Pasien mengatakan sering mendengar bisikan-bisikan, suara terdengar cukup nyaring dengan durasi  $\pm 2$  menit.
2. Diagnosa keperawatan yang muncul dari masalah tersebut yaitu ansietas b.d krisis situasional dan gangguan persepsi sensori b.d halusinasi pendengaran.
3. Terapi relaksasi nafas dalam sangat efektif di terapkan untuk menurunkan tanda dan gejala ansietas selama proses pemulihan pasien dengan gangguan jiwa skizofrenia.
4. Hasil implementasi yang dilakukan berdasarkan *Evidence Based Nursing* (EBN) dengan memberikan teknik relaksasi napas dalam menjadi menurun dan membaik yaitu hari pertama cemas berat hari ke dua cemas sedang dan hari ketiga menjadi cemas ringan.
5. Hasil evaluasi sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam, ansietas yang muncul pada pasien mengalami penurunan dan membaik yaitu lebih tenang, rileks, dan keluhan cemas yang dirasakan menjadi berkurang. Berdasarkan hasil pengkajian cemas yang dilakukan pada hari pertama cemas berat (39) menjadi cemas berat (34), hari kedua cemas berat (31) menjadi cemas sedang (27) dan hari ketiga cemas sedang (39) menjadi cemas ringan (20).

## **B. Saran**

1. Bagi profesi keperawatan

Diharapkan profesi dapat mengaplikasikan terapi non farmakologi, salah satunya relaksasi napas dalam untuk mengurangi rasa cemas pada pasien skizofrenia dan dapat mengajarkan pada pasien serta keluarganya untuk bisa diterapkan di rumah.

2. Bagi Akademik

Digunakan sebagai sumber informasi atau referensi khususnya dalam bidang keperawatan jiwa mengenai penerapan intervensi relaksasi napas dalam untuk menurunkan kecemasan.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan agar pelayanan kesehatan menjadi lebih baik dalam hal memberikan intervensi kepada pasien sesuai dengan SOP yang telah ditetapkan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan dan menyempurnakan terkait pengaruh teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia.