

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Setelah melakukan asuhan keperawatan dan memberikan intervensi berbasis bukti (*Evidence-Based Nursing*) melalui Terapi Seni pada lansia yang tinggal di panti untuk mengurangi tingkat kecemasan, maka ada beberapa kesimpulan yang penulis simpulkan sebagai berikut:

- a. Gambaran pengkajian klien kelolaan (Ny. E) dan klien *resume* (Ny. R) keduanya memiliki masalah keperawatan yang sama yaitu kecemasan karena kondisi kesehatannya saat ini. Ditandai dengan keluhan merasa cemas, khawatir, sulit tidur, kontak mata kurang, tremor dan tampak gelisah.
- b. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara Ny.E dan Ny.R, berdasarkan hasil pemantauan kuesioner skala kecemasan, menunjukkan skala kecemasan awal pengkajian 27 yang berarti Ny.E berada dalam skala kecemasan tingkat sedang, Sementara Ny.E skor awal kecemasan 25 yang berarti juga berada dalam kecemasan tingkat sedang.
- c. Dalam kasus pada karya ilmiah ini, penulis menegakkan diagnosa keperawatan Ansietas (SDKI D.0080) pada Ny.E berhubungan dengan krisis situasional d.d pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan, kehilangan dan merasa hampa. Diagnosa selanjutnya yaitu Harga Diri Rendah Kronis (SDKI D.0086) b.d Riwayat kehilangan d.d Ny.E mengatakan riwayat kehilangan masa depan, merasa gagal menyelesaikan pendidikan dan gagal mempunyai kesempatan untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi, Gangguan pola tidur (D.0055) berhubungan dengan hambatan lingkungan ditandai dengan klien mengatakan di ruangan berisik, banyak lansia bertengkar di malam hari dan kebiasaan minum kopi sebelum tidur. Sementara itu pada Ny.R yaitu Ansietas (SDKI D.0080) berhubungan dengan krisis situasional d.d pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan, merasa hidupnya hampa, dan Gangguan Pola Tidur, dan Gangguan pola tidur (D.0055)

berhubungan dengan hambatan lingkungan ditandai dengan klien mengatakan mempunyai kebiasaan minum kopi sebelum tidur

- d. Intervensi general dalam karya ilmiah ini berupa terapi relaksasi nafas dalam, hipnosis lima jari dan terapi distraksi dengan bercakap – cakap hal positif, intervensi general dilakukan selama 3 hari dengan durasi 30-45 menit. Dilanjutkan dengan intervensi inovasi berupa Terapi Seni merajut dan mewarnai *totebag* yang dilakukan selama empat kali pertemuan dengan durasi waktu 45-60 menit
- e. Setelah diberikan terapi Terapi Seni, terdapat penurunan tingkat kecemasan pada klien kelolaan (Ny. E) yaitu dari skor kecemasan 27 (kecemasan sedang) menjadi skor 15 (kecemasan ringan) atau terjadi penurunan sebesar 44,44 %, Sementara itu pada klien *resume* (Ny. R) dari skor kecemasan 25 (kecemasan sedang) menjadi skor 13 (kecemasan sedang) atau terjadi penurunan sebesar 48%. Berdasarkan hasil tersebut, Terapi Seni dapat dijadikan salah satu terapi non-farmakologi untuk mengatasi kecemasan pada lansia.

## V.2 Saran

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada kedua lansia yang mengalami kecemasan, berhubungan dengan pengalaman masa yang lalu yang tidak menyenangkan dan kegagalan hidup, maka penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

### a. Bagi Klien

Diharapkan lansia mampu meningkatkan penilaian positif terhadap diri, menerapkan terapi seni secara mandiri untuk menurunkan penilaian negatif terhadap diri, mengurangi kecemasan, serta menjadikan terapi seni sebagai kegiatan tambahan untuk meningkatkan konsentrasi dan mengurangi perasaan hampa selama berada di PSTW. Partisipasi rutin dalam kegiatan seni seperti melukis, menggambar, atau musik dapat membantu mengekspresikan perasaan, mengurangi stres, dan meningkatkan rasa percaya diri.

#### b. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga mampu memberikan dukungan, mendorong lansia untuk melakukan Terapi Seni baik dengan memberikan motivasi, menyediakan fasilitas sederhana untuk berkreasi di rumah, maupun melibatkan diri dalam kegiatan seni bersama sebagai media komunikasi non verbal, menemani lansia menghadapi masa tua dengan hal – hal positif, dukungan emosional dari keluarga sangat penting untuk meningkatkan efektivitas terapi dan mempererat hubungan antar anggota keluarga. Keluarga dapat memberikan dukungan emosional, membantu lansia tetap terhubung dengan keluarga dan kerabat serta mengajak lansia untuk mengingat kenangan indah atau kegiatan favorit, keluarga juga dapat memonitor kesehatan mental dan fisik anggota keluarga yang lansia melalui kerjasama dengan petugas panti dalam memantau kondisi lansia, keluarga dapat menjadi pendengar yang baik dan memberikan motivasi .

#### c. Bagi Petugas Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan bisa menjadikan hasil karya ilmiah ini sebagai salah satu acuan dalam mengembangkan satu pilihan intervensi non farmakologis berbasis *evidence-based practice* untuk mengurangi kecemasan pada lansia. Perawat diharapkan dapat mengaplikasikan terapi ini dalam program promosi kesehatan jiwa, di panti lansia dan berkontribusi dalam peningkatan literasi kesehatan mental melalui kegiatan edukasi dan pelatihan yang mendorong ekspresi diri dan kesejahteraan emosional pada lansia. Selain itu, pada lansia yang tidak memiliki keluarga diharapkan petugas kesehatan bisa menggantikan peran keluarga yang hilang pada klien yang mengalami kecemasan.

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan kembali dengan melakukan penelitian terkait Terapi Seni dengan jenis terapi yang berbeda (selain merajut dan mewarnai *totebag*) seperti memberikan intervensi dengan media yang berbeda dari penelitian ini yaitu : media canvas Lukis, slime, clay, melukis abstrak dll, dengan mengembangkan penelitian lebih

lanjut dalam jumlah sampel yang lebih besar dan ruang lingkup lebih besar diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman untuk peneliti selanjutnya terutama dalam penanganan kecemasan pada lansia di panti werdha maupun panti sosial lainnya.