

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *evidence based nursing* mengenai terapi *spiritual emotional freedom technique* untuk menurunkan ansietas pada lansia, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Berdasarkan dari hasil pengkajian klien kelolaan (Tn. Th) dan klien resume (Tn. Tn), didapatkan keluhan utama yakni cemas akibat penyakit hipertensi yang diderita dan mengkhawatirkan adanya perburukan penyakit yang semakin parah. Setelah dilakukan pengkajian tingkat ansietas menggunakan alat ukur *Geriatric Anxiety Scale (GAS)*, didapatkan hasil sebelum dilakukan SEFT terapi Tn. Th klien kelolaan mendapatkan skor 38 (ansietas sedang), dan Tn. Tn klien resume dengan skor 32 (Ansietas Ringan).
- b. Diagnosa yang ditetapkan untuk klien kelolaan (Tn. Th) dan klien resume (Tn. Tn) ada 2 yaitu ansietas dan risiko perfusi serebral tidak efektif
- c. Intervensi keperawatan yang ditegakkan untuk klien kelolaan (Tn. Th) dan klien resume (Tn. Tn) bertujuan untuk mengurangi ansietas dan menurunkan tekanan darah. Intervensi keperawatan disusun berdasarkan buku SIKI, dimana intervensi tersebut berupa pengkajian tingkat ansietas, pemantauan tanda vital, beri terapi non-farmakologis dan terapi inovasi mengurangi ansietas.
- d. Dalam upaya mengatasi ansietas yang dialami klien kelolaan (Tn. Th) dan klien resume (Tn. Tn), penulis memberikan implementasi berupa SEFT terapi. SEFT terapi terbukti berpengaruh terhadap penurunan tingkat ansietas dan penurunan tekanan darah pada klien dengan hipertensi.

- e. Setelah diberikan terapi SEFT terapi sebanyak empat sesi selama dua minggu, terdapat penurunan tingkat ansietas pada klien kelolaan (Tn. Th) yaitu dari skor GAS 38 (ansietas sedang) menjadi skor 16 (ansietas minimal) dan klien resume (Tn. Tn) dari skor GAS 32 (ansietas ringan) menjadi skor 18 (ansietas minimal). Penurunan ini didasari juga dari SEFT terapi yang sering dilakukan secara mandiri oleh klien.

## V.2 Saran

### a. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat melaksanakan SEFT terapi secara rutin, minimal satu kali setiap hari, baik secara mandiri maupun dengan bantuan anggota keluarga. Latihan dilakukan dengan bantuan booklet dan video yang sudah diberikan.

### b. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat memasukkan terapi SEFT terapi sebagai salah satu intervensi dalam program promosi kesehatan dan pengelolaan ansietas pada lansia hipertensi. Terapi akan lebih baik jika petugas memahami dan hafal gerakan SEFT terapi.

### c. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga dapat mengingatkan lansia untuk melaksanakan latihan SEFT sesuai jadwal yang telah ditetapkan setiap hari. Selain itu, keluarga juga diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang tenang dan nyaman sebelum dan selama latihan untuk membantu lansia fokus. Selama latihan, keluarga diharapkan dapat mendampingi lansia, serta membantu dalam pengisian buku kerja untuk memantau kemajuan dan efektivitas terapi yang diberikan.

### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar, serta dapat digunakan sebagai pedoman untuk peneliti selanjutnya terutama dalam penanganan ansietas pada lansia hipertensi.