

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah melakukan asuhan keperawatan dan memberikan intervensi keperawatan berbasis bukti (*Evidence-Based Nursing*) melalui terapi *butterfly hug* pada lansia yang mengalami kecemasan, penulis dapat menarik Kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran karakteristik klien kelolaan (Ny.R) dan klien *resume* (Ny.Y) yang keduanya memiliki masalah keperawatan *anxiety* atau kecemasan akan kondisinya saat ini. Masalah kecemasan ditandai dengan merasa gelisah, cemas, jantung berdebar, dan sulit tidur.
- b. Dalam kasus pada karya ilmiah ini, penulis menegakkan diagnosa keperawatan Ansietas (D.0080) pada Ny.R berhubungan dengan krisis situasional ditandai dengan merasa khawatir dengan kondisinya kesehatannya dan rasa khawatir, diagnosa keberawatan lainnya yang ditemukan pada Ny.R yaitu Gangguan Mobilitas Fisik (D.0054) b.d penurunan kekuatan otot d.d kelemahan pada kaki kiri, tidak stabil saat berjalan dan kontraksi otot kaki kiri minimal. Sementara itu pada Ny.Y dapat ditegakkan diagnosa Ansietas (D.0080) b.d krisis situasional d.d merasa khawatir dengan perubahan kondisi kesehatan dan ekonomi, tampak gelisah, tegang, dan sulit rileks, diagnosa keperawatan lainnya yaitu Gangguan Pola Tidur (D.0055) b.d hambatan lingkungan d.d sulit tidur, sering terbangun malam hari, dan kualitas tidur yang buruk.
- c. Intervensi generalis dalam karya ilmiah ini yaitu SPTK 1-4 kecemasan yang berupa terapi relaksasi napas dalam, distraksi dengan bercakap – cakap hal positif, hipnosis lima jari, dan distraksi dengan pendekatan spiritual yang dilakukan selama dua hari. Dilanjutkan dengan intervensi inovasi berupa terapi *butterfly hug* yang dilakukan selama tiga kali pertemuan.

- d. Setelah dilakukan terapi *butterfly hug*, terdapat penurunan tingkat kecemasan pada klien kelolaan (Ny.R) yaitu dari skor kecemasan 9 (kecemasan sedang) menjadi skor 4 (kecemasan ringan) atau terjadi penurunan sebesar 55,56%. Sementara pada klien *ressume* (Ny.Y) yaitu dari skor kecemasan 8 (kecemasan sedang) menjadi skor 3 (kecemasan ringan) atau terjadi penurunan sebesar 62,5%. Berdasarkan hasil tersebut, terapi *butterfly hug* dapat dijadikan sebagai salah satu terai *non-farmakologi* untuk mengatasi kecemasan pada lansia.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada kedua lansia yang mengalami kecemasan, maka penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

a. Bagi Lansia

Diharapkan lansia dapat melanjutkan latihan relaksasi napas dalam, teknik distraksi, hipnosis lima jari, serta penerapan *butterfly hug* secara teratur, terutama saat merasakan gejala cemas, ketegangan, susah tidur, atau menghadapi situasi menimbulkan kekhawatiran.

b. Bagi Keluarga Lansia

Diharapkan keluarga dapat mendorong dan membantu lansia menjadwalkan latihan harian, menyediakan lingkungan yang kondusif (waktu tenang, tempat nyaman), dan memberi pujian serta penguatan ketika lansia berhasil menerapkan teknik untuk mengurangi kecemasan.

c. Bagi Perawat

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk membantu lansia dalam mengatasi kecemasan melalui intervensi nonfarmakologis, sehingga dapat digunakan sebagai pilihan alternatif dalam pelaksanaan asuhan keperawatan. Jika klien mengalami tanda distress psikologis yang tidak dapat teratasi saat pelaksanaan terapi, perawat perlu mengantisipasi hal tersebut dengan bekerja sama dengan ahli profesional.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengkaji penerapan terapi *butterfly hug* yang dikombinasikan dengan terpi relaksasi lainnya. Pengembangan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta cakupan yang lebih luas diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih komprehensif pada penelitian selanjutnya, dan dengan adanya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya khususnya dalam upaya penanganan kecemasan pada lansia.