

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah melakukan asuhan keperawatan kepada dua pasien yang baru menjalankan hemodialisis dengan penerapan *evidence-based nursing* intervensi hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan akibat tindakan hemodialisis, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran pengkajian pada kedua klien menunjukkan bahwa keduanya mengalami ansietas yang berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan, ditandai dengan perasaan cemas berlebih, sulit tidur, tampak tegang dan gelisah.
- b. Kecemasan yang dialami oleh klien, berdasarkan hasil pengisian kuesioner kecemasan pada saat awal pengkajian, menunjukkan (*pre-test*), Tn. O memiliki skor 30 yang berada dalam kategori kecemasan berat dan Tn. P memiliki skor 35 yang berada dalam kategori kecemasan berat.
- c. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada pasien kelolaan Tn. O dan pasien kelolaan resume Tn. P adalah ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan (SDKI, D.0080) dan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (SDKI, D.0055).
- d. Pelaksanaan terapi hipnosis lima jari dilakukan sebanyak tiga sesi selama tiga hari, dengan durasi sekitar 30-35 menit tiap sesinya. Intervensi diberikan setelah dilakukan tindakan generalis dari SPTK 1-4 ansietas pada klien kelolaan utama dan klien kelolaan resume.
- e. Terapi hipnosis lima jari terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pada kedua klien. Hal ini ditunjukkan dengan penurunan skor kuesioner kecemasan pada hari kelima (*post-test*), Tn. O memiliki skor 15 yang berada dalam kategori kecemasan ringan dan Tn. P memiliki skor 18 yang berada dalam kategori kecemasan ringan. Persentase penurunan sebesar 55,9% pada Tn. O dan 43,8% pada Tn. P, hal ini memperlihatkan bahwa

terapi ini dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan inovatif dalam mengurangi kecemasan.

V.2 Saran

a. Bagi Klien

Diharapkan pasien dengan gagal ginjal kronik (GGK) yang baru saja menjalani hemodialisis dan merasa cemas dapat menggunakan teknik hipnosis lima jari sebagai metode pengelolaan kecemasan. Latihan hipnosis lima jari, yang diberikan dalam tiga sesi, telah terbukti dalam meredakan kecemasan dan gangguan tidur pada pasien sebelum jadwal hemodialisis mereka. Disarankan untuk melakukan latihan hipnosis lima jari dengan frekuensi yang lebih sering untuk mendapatkan hasil terbaik.

b. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit dianjurkan untuk menetapkan Standar Operasional Prosedur (SOP) untuk penggunaan terapi hipnosis lima jari di ruang perawatan, terutama untuk pasien yang mengalami kecemasan. SOP ini dapat mencakup fase pelaksanaan terapi, durasi, frekuensi, dan kriteria pasien yang sesuai. SOP dapat dijadikan oleh perawat sebagai acuan yang jelas untuk memberikan intervensi non-farmakologis ini, sehingga meningkatkan efektivitas terapi dan kualitas perawatan keperawatan. .

c. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan di bidang keperawatan sebaiknya mempelajari dan memperdalam materi tentang hipnosis lima jari sebagai salah satu materi di dalam pembelajarannya, terutama untuk mengatasi kecemasan dan keperawatan kesehatan jiwa. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa keperawatan terhadap terapi non-farmakologis untuk masalah psikologis pada pasien dengan penyakit kronis.

d. Bagi Tenaga Medis

Tenaga kesehatan, terutama perawat, dianjurkan untuk menggunakan terapi hipnosis lima jari sebagai strategi non-farmakologis untuk meredakan dan mengurangi kecemasan pasien. Terapi hipnosis lima jari merupakan teknik yang sederhana, karena perawat hanya perlu

menyediakan lingkungan yang tenang, memberikan penjelasan, dan menunjukkan prosedurnya. Terapi hipnosis lima jari berfungsi sebagai intervensi promosi dan pencegahan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk melakukan lebih banyak studi dengan ukuran sampel yang lebih besar dan durasi yang lebih lama untuk mengevaluasi efektivitas metode hipnosis lima jari terhadap kecemasan, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti penyakit ginjal kronis (GGK).