

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan pada Ny.E terhadap tingkat kecemasan dengan menggunakan proses keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengkajian

Penulis telah melakukan pengkajian pada Ny.E terhadap tingkat kecemasan melalui tahap pengkajian terdiri dari identitas klien, keluhan utama, dan menalisis data.

2. Diagnosa keperawatan

Diagnosa yang didapatkan pada Ny.E dengan tingkat kecemasan sesuai dengan terori dan kondisi klien pada saat pengkajian yaitu :

a. Cemas berhubungan dengan kurangnya terpapar informasi

3. Intervensi keperawatan

Rencana keperawatan yang direncanakan untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan dintakan terapi relaksasi otot progresif.

4. Implementasi keperawatan

Tindakan keperawatan pada Ny.E dengan terapi relaksasi otot progresif dilakukan selama 4 hari berturut turut sesuai dengan rencana keperawatan dengan

5. Evaluasi keperawatan

Dari hasil evaluasi keperawatan pada klien hari pertama setelah dilakukan pemberian terapi relaksasi otot progresif cemas menurun dari skala cemas 24 (18-24) selama 4 hari, klien mengatakan gelisahnyanya berkurang, khawatirnya berkurang, dan klien mengatakan setelah dilakukannya terpai progresif tidurnya Kembali normal, yang tadinya tidak bisa berkonstrasi menjadi bisa berkonsentrasi Kembali. Perubahan yang terjadi pada klien setelah dilakukan nya terapi relaksasi otot progresif sebelumnya tingkat kecemasan pada klien

mencapai skala cemas 24 dari (18-24) lalu setelah diberikannya terapi relaksasi otot progresif kecemasan pada klien menurun hingga skala cemas 7 (18-14) kategori cemas ringan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat kecemasan.

## **B. Saran**

1. Bagi institusi pendidikan  
Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan bisa menjadi sumber bacaan bagi mahasiswa dan referensi untuk meningkatkan mutu Pendidikan perguruan tinggi dimasa depan.
2. Bagi keluarga dan klien  
Saya berharap keluarga dan klien termotivasi dan dapat melakukan penerapan terapi relaksasi otot progresif ini untuk menurunkan tingkat kecemasan pada klien diabetes melitus.