

## BAB V

### SARAN DAN KESIMPULAN

#### A. SIMPULAN

Setelah dilakukan aplikasi terapi menulis ekspresif kepada Ny.G dengan diagnosis ansietas selama 5 hari dalam 3 kali pertemuan sejak tanggal : 01 – 05 juli 2022, hasil yang diperoleh sebagai berikut :

##### 1. Pengkajian

Pengkajian yang dilakukan dengan wawancara, observasi langsung dan melakukan pemeriksaan fisik pada Ny. G telah disimpulkan berdasarkan teori dan praktiknya, Ny. G mengalami Ansietas : Gangguan Kecemasan dengan mengkaji kecemasan mencakup tempat, sifat, waktu, kualitas, dan factor presifitasi.

##### 2. Diagnosa

Dalam diagnosa yang diperoleh dari Ny. G penulis mendapatkan tiga diagnosis yaitu : Ansietas, Koping Individu Tidak Efektif, dan Harga Diri Rendah. Akan tetapi penulis lebih focus pada satu diagnose yaitu Ansietas : Gangguan Kecemasan.

##### 3. Intervensi

Diagnosa : Gangguan kecemasan untuk intervensi yang diberikan yaitu dengan cara menerapkan Aplikasi Terapi Menulis Ekspresif pada klien dengan masalah ansietas.

##### 4. Implementasi

Implementasi dilakukan selama 3 kali pertemuan dalam 5 hari untuk melakukan tindakan penerapan cara Menulis Ekspresif pada Ny. G

##### 5. Evaluasi

Evaluasi keperawatan dengan masalah Ansietas : Gangguan kecemasan setelah implementasi selama 3 kali pertemuan dalam 5 hari masalah teratasi dengan hasil dari kecemasan berat menjadi kecemasan sedang dan klien

sudah dapat menangani kecemasannya dengan melakukan terapi menulis ekspresif.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran yang dapat penulis berikan untuk perbaikan dan peningkatan mutu asuhan keperawatan, penulis menyarankan kepada klien, keluarga, puskesmas setempat dan kader kader puskesmas setempat untuk:

1. Klien diharapkan dapat menerapkan dan melakukan kegiatan terapi menulis ekspresif ini.
2. Keluarga diharapkan dapat memberi dukungan terhadap klien dalam penurunan tingkat kecemasan yang dialaminya.
3. Puskesmas setempat untuk melanjutkan pemberian terapi kepada klien agar mendapatkan hasil yang lebih efektif dan maksimal.