

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus asuhan keperawatan ansietas pada Ibu *Postpartum* di Praktik Mandiri Bidan di Jalan Nangka, Denpasar Utara maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan pengkajian keperawatan menunjukkan adanya kesesuaian antara data pengkajian dengan teori perubahan psikologis *postpartum*, kondisi tersebut merupakan manifestasi umum dari ansietas pada ibu setelah melahirkan.
2. Berdasarkan diagnosis ini telah sesuai dengan kriteria mayor dalam SDKI 2017 dan mencerminkan respons psikologis yang umum terjadi pada ibu *postpartum* akibat perubahan hormonal dan peran baru sebagai ibu. Penetapan diagnosis ansietas sebagai prioritas dinilai tepat karena kondisi ini berpotensi memengaruhi kesejahteraan ibu serta perkembangan bayi apabila tidak segera ditangani secara optimal.
3. Berdasarkan rencana keperawatan telah sesuai dengan dirumuskan meliputi intervensi utama reduksi ansietas, intervensi pendukung berupa terapi relaksasi dan perawatan pascapersalinan, serta intervensi inovatif berupa pemberian terapi pijat *slow stroke back massage*. Rencana ini disusun berdasarkan pedoman SDKI, SLKI, dan SIKI dengan tujuan utama menurunkannya tingkat ansietas pada ibu *postpartum*.
4. Berdasarkan implementasi keperawatan dilakukan sesuai rencana yang telah disusun, yaitu reduksi ansietas dengan pemberian intervensi nonfarmakologis

berupa terapi *slow stroke back massage*. Tindakan dilakukan secara komprehensif dan berkesinambungan untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan kenyamanan ibu, serta mendukung adaptasi ibu terhadap masa *postpartum*.

5. Berdasarkan evaluasi terhadap pelaksanaan asuhan menunjukkan bahwa tujuan keperawatan tercapai, yang ditandai dengan menurunnya tingkat ansietas pada kedua pasien, berkurangnya wajah tegang, menurunnya verbalisasi kebingungan serta kekhawatiran, meningkatnya konsentrasi, membaiknya pola tidur, serta meningkatnya rasa nyaman dan kepercayaan diri ibu dalam merawat bayi. Skor penilaian ansietas pada kedua pasien Ny.KD dan Ny.NK sudah menurun. Hal ini memperlihatkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah efektif sesuai pedoman SDKI, SLKI, dan SIKI.
6. Pemberian intervensi inovasi terapi *slow stroke back massage* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pada kedua pasien. Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa terapi *slow stroke back massage* dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif bagi ibu *postpartum* dengan keluhan pola tidur terganggu, kekhawatiran berlebih, dan cemas.

## **B. Saran**

1. Bagi tenaga kesehatan di Praktik Mandiri Bidan

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya perawat dan bidan di fasilitas pelayanan ibu dan anak, dapat mengintegrasikan intervensi terapi *slow stroke back massage* sebagai terapi komplementer dalam penanganan kecemasan

(ansietas) untuk meningkatkan kenyamanan ibu *postpartum* dan mencegah komplikasi lebih lanjut.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji atau mengembangkan terapi nonfarmakologis lain yang lebih meningkatkan kenyamanan ibu *postpartum*, mengingat terapi *slow stroke back massage* hanya bisa dilakukan ketika berada di ruangan. Oleh karena itu, diperlukan alternatif intervensi yang tetap efektif namun lebih nyaman digunakan dalam jangka waktu yang lebih panjang.