

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan keperawatan pada Tn. H dengan *Ansietas* akibat Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas III Denpasar Utara. Hal ini dapat dibuktikan antara teori dan penerapan yang telah dilakukan pada Tn. H yang dimulai dari pengkajian, perumusan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Dari laporan kasus ini dapat penulis simpulkan sebagai berikut.

1. Pengkajian keperawatan

Hasil pengkajian yang dilakukan pada Tn. H usia 70 tahun dengan diagnosis diabetes melitus tipe 2 menunjukkan adanya masalah keperawatan *ansietas* pada tingkat sedang. Hal ini ditandai dengan keluhan subjektif seperti perasaan bingung terhadap kondisi penyakit yang dialami, rasa khawatir yang berlebihan, ketidakmampuan menerima kondisi saat ini, kesulitan berkonsentrasi, serta perasaan tidak berdaya yang berdampak pada menurunnya semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Secara objektif, pasien tampak gelisah, tegang, wajah pucat, menghindari kontak mata, serta cenderung berorientasi pada masa lalu. Kondisi ini diperkuat dengan hasil pengukuran menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan skor 23 yang menunjukkan tingkat *ansietas* sedang, serta hasil pemeriksaan penunjang yang menunjukkan kadar gula darah sewaktu yang tinggi.

2. Diagnosis keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan, diagnosis keperawatan utama yang ditegakkan adalah *ansietas* yang berhubungan dengan kondisi penyakit kronis (diabetes melitus). Diagnosis ini ditetapkan berdasarkan data subjektif dan objektif yang ditemukan, serta mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), di mana sebagian besar tanda dan gejala mayor maupun minor terpenuhi. *Ansietas* yang dialami pasien dipengaruhi oleh ketidakmampuan dalam beradaptasi terhadap kondisi penyakit yang bersifat kronis serta perubahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

3. Perencanaan keperawatan

Perencanaan keperawatan difokuskan pada upaya menurunkan tingkat ansietas pasien melalui intervensi terapi relaksasi. Intervensi yang dipilih adalah terapi hipnosis lima jari yang merupakan salah satu teknik relaksasi sederhana dan efektif. Perencanaan ini disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yaitu terapi relaksasi dengan tujuan luaran keperawatan mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), yaitu penurunan tingkat *ansietas*.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan yang diberikan kepada Tn. H dengan masalah *ansietas* dilakukan selama lima kali 30 menit, mulai tanggal 12 – 16 Februari 2026. Pertemuan diawali dengan melakukan bina hubungan saling percaya dengan pasien pada tanggal 12 Februari 2026. Lalu, pada tanggal 13 Februari 2026 dilanjutkan dengan melakukan skrining kesehatan dan melakukan pengkajian terutama pada perasaan *ansietas* yang dialami pasien. Selanjutnya

pada tanggal 14 – 16 Februari 2026 dilakukan terapi relaksasi hipnosis lima jari sebagai salah satu bentuk terapi sugesti positif. Terapi relaksasi hipnosis lima jari dilakukan selama 10 menit dengan tujuan menurunkan tingkat *ansietas* terutama pada pasien diabetes melitus.

5. Evaluasi keperawatan

Hasil evaluasi keperawatan pada Tn. H setelah diberikan asuhan keperawatan selama lima kali 30 menit pada tanggal 16 Februari 2025 pukul 16.30 WITA yaitu masalah *ansietas* teratasi dengan menunjukkan adanya penurunan tingkat *ansietas* pada Tn. H. Dibuktikan dengan secara subjektif, pasien menyatakan sudah tidak lagi merasa bingung dan khawatir, mampu lebih berkonsentrasi, tidak merasa tidak berdaya, serta menunjukkan peningkatan semangat dalam menjalani aktivitas. Secara objektif, pasien tampak lebih tenang, tidak gelisah, kontak mata baik, wajah tidak pucat, serta mampu menerima kondisi dirinya, serta skor HARS pada saat pengkajian 23 dengan *ansietas* sedang menjadi 18 dengan *ansietas* ringan. Tanda-tanda vital berada dalam batas normal, dan hasil pemeriksaan menunjukkan adanya penurunan kadar gula darah sewaktu dibandingkan sebelumnya.

B. Saran

1. Bagi pemegang Program PTM Dinas Kesehatan Puskesmas III Denpasar Utara

Diharapkan kepada pemegang program Penyakit Tidak Menular (PTM) di Puskesmas III Denpasar Utara untuk dapat meningkatkan pemberian asuhan keperawatan, tidak hanya berfokus pada kondisi fisik, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis melalui terapi relaksasi.

2. Bagi pasien dan keluarga

Diharapkan pasien untuk rutin melakukan teknik relaksasi hipnosis lima jari secara mandiri guna membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup dengan pendampingan keluarga untuk memberikan dukungan emosional dan motivasi.