

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil review dari jurnal Indriana (2018), yang diakses di Repository Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar pada tanggal 8 April 2020, didapatkan simpulan sebagai berikut :

1. Pengkajian Keperawatan diperoleh hasil pengkajian yakni skor yang didapatkan Tn. L adalah 11 (tidak ada *Ansietas*) pada hasil observasi HARS. Dan Skor yang didapatkan Tn. T adalah 8 (tidak ada *Ansietas*).
2. Setelah dilakukan Implementasi Keperawatan didapatkan diagnosis keperawatan pada kedua pasien yaitu : tidak ada *Ansietas*
3. Rencana tindakan kedua pasien dengan *Ansietas* didasarkan pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) antara lain yakni menerapkan teknik relaksasi terapi yoga.
4. Pelaksanaan tindakan keperawatan pada kedua pasien yakni melakukan kunjungan selama 3 kali, melakukan teknik relaksasi terapi yoga selama 60 menit.
5. Evaluasi pada Skor HARS yang didaptkan Tn. L setelah melaksanakan intervensi keperawatan adalah 11 (tidak ada *Ansietas*), sedangkan pada Tn.T setelah melaksanakan intervensi keperawatan adalah 8 (tidak ada *Ansietas*).

## **B. Saran**

### 1. Bagi Puskesmas Sukawati 1 Gianyar

Berikan edukasi terkait pemberian terapi yoga untuk mengatasi *ansietas* pada pasien diabetes mellitus.

### 2. Bagi Penulis

Bagi penulis dapat mengembangkan ilmu mengenai pemberian terapi yoga untuk mengatasi *ansietas* pada pasien diabetes mellitus untuk kepentingan penelitian selanjutnya.

### 3. Bagi Keluarga dan Klien

Keluarga Tn. L dan keluarga Tn. T diharapkan untuk saling memperhatikan kesehatan anggota keluarga serta memberikan motivasi untuk selalu melakukan pola hidup sehat dan melakukan terapi relaksasi yang sudah diberikan.