

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan studi kasus pemberian terapi relaksasi *deep slow breathing* untuk menurunkan ansietas pada pasien Hipertensi di RSUD Kabupaten Karangasem dapat disimpulkan:

1. Hasil studi kasus yaitu pengkajian pada subjek satu mengatakan merasa bingung, khawatir, sulit berkonsentrasi, mengeluh pusing, tidak berdaya, tampak gelisah, tegang, muka pucat, suara bergetar, kontak mata buruk. Subjek dua mengatakan merasa bingung, khawatir, sulit berkonsentrasi, mengeluh pusing, dan tidak berdaya, tampak gelisah, tegang, sulit tidur, tekanan darah 160/90 mmHg, tremor, muka pucat, kontak mata buruk.
2. Diagnosa keperawatan pada subjek satu dan dua yaitu ansietas.
3. Rencana keperawatan yang direncanakan pada subjek satu dan dua sesuai dengan masalah keperawatan yang muncul yaitu pemberian terapi relaksasi *deep slow breathing*.
4. Tindakan keperawatan diberikan selama 3 x 45 menit, dengan pemberian terapi pada tiap subjek selama 15 menit diulang sebanyak tiga kali per harinya. Sebagian besar rencana tindakan dapat dilaksanakan dengan baik, perawat dan subjek sangat kooperatif dalam setiap tindakan keperawatan yang diberikan.
5. Evaluasi keperawatan pada keempat subjek mengatakan merasa tenang, rasa khawatir berkurang, pusing berkurang, mual berkurang, rasa tidak berdaya berkurang, konsentrasi membaik, tampak tenang, tampak rileks, tidur nyenyak, tekanan darah normal, muka tampak tidak pucat, suara normal, kontak mata membaik.

B. Saran

Adapun saran-saran dari penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya, dan penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya, dan penelitian ini dapat dikembangkan sesuai teori dan hasil penelitian terbaru.