

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah ansietas yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ansietas merupakan kondisi emosi dan pengalaman subjektif individu yang tidak jelas dan spesifik sumbernya akibat antisipasi bahaya yang mungkin dilakukakn oleh individu sebagai bentuk pertahanan diri untuk menghadapi ancaman.
2. Timbulnya ansietas pada Ny.K dan Ny.A terjadi karena program vaksinasi dosis ke 3 atau booster yang memiliki efek KIPI yang beragam setiap individunya menyebabkan kedua klien merasa cemas dan khawatir apabila efek yang akan diterimanya akan parah.. Keadaan tersebutlah yang menyebabkan kedua klien mengalami masalah ansietas.
3. Tanda dan gejala yang muncul pada kedua klien adalah tampak tegang, gugup, tremor, kurangnya kontak mata hingga kesulitan tidur ketika sedang mengalami ansietas
4. Diagnosa keperawatan kedua klien Ny.K dan Ny.A adalah ansietas
5. Intervensi keperawatan yang diberikan pada Ny.K dan Ny.A bertujuan agar kedua klien mampu mengatasi ansietas yang dialami dengan 1 tujuan umum dan 6 tujuan khusus yang telah direncanakan

6. Implementasi keperawatan pada kedua klien dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan, dengan hasil TUK yang diberikan tercapai semua.
7. Menurut peneliti pada kedua klien memiliki tingkat keparahan ansietas yang rendah sehingga lebih mudah dalam memberikan asuhan keperawatan kepada kedua klien.
8. Setelah melakukan asuhan keperawatan pada Ny.K dan Ny.A dengan masalah ansietas menggunakan teknik nonfarmakologi relaksasi napas dalam, maka dapat disimpulkan bahwa melakukan intervensi dengan mengajarkan teknik relaksasi napas dalam dapat menurunkan tingkat ansietas yang dialami kedua klien.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Klien**

Hasil penelitian ini diharapkan klien mampu mengaplikasikan metode yang telah diberikan agar klien dapat mengatasi gangguan ansietas yang dialami.

### **5.2.2 Bagi Institusi Kesehatan**

Diharapkan dapat meningkatkan proses pelayanan pendidikan yang lebih berkualitas dan profesional sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan optimal

### **5.2.3 Bagi Peneliti**

Bagi Peneliti Dapat menambah cakrawala pengetahuan tentang dunia keperawatan dan diharapkan dapat selalu memberikan asuhan keperawatan pada klien sesuai dengan arahan tim kesehatan lainnya.