

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan pada Ny. N dengan masalah keperawatan Risiko Bunuh Diri melalui penerapan intervensi *Guided imagery*, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil pelaksanaan Strategi Pelaksanaan selama lima kali pertemuan menunjukkan perkembangan yang bertahap dalam menurunkan risiko bunuh diri pada klien. Pada awal intervensi, klien masih menunjukkan perasaan tidak berharga, kesedihan mendalam akibat pengalaman perceraian dan putus hubungan, serta riwayat perilaku melukai diri. Setelah dilakukan pembinaan hubungan saling percaya, pembuatan kontrak keselamatan, identifikasi aspek positif, penguatan mekanisme koping adaptif, hingga penyusunan rencana masa depan, klien menunjukkan peningkatan kemampuan mengendalikan dorongan menyakiti diri, peningkatan harga diri, serta tumbuhnya harapan untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Dengan demikian, penerapan SP 1 sampai SP 4 terbukti membantu klien menurunkan risiko bunuh diri secara bertahap.
2. Penerapan terapi *Guided imagery* selama lima kali pertemuan menunjukkan penurunan tanda dan gejala risiko bunuh diri yang konsisten pada setiap sesinya. Pada pertemuan pertama, klien masih menunjukkan kesedihan dan penilaian negatif terhadap dirinya meskipun sudah mulai merasa lebih tenang setelah sesi relaksasi. Pada pertemuan-pertemuan berikutnya, klien mampu membayangkan pengalaman hidup yang menyenangkan, memperkuat mekanisme koping adaptif, dan pada pertemuan keempat mampu memvisualisasikan masa depan yang realistis disertai peningkatan harapan hidup dan komitmen kepatuhan pengobatan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *guided imagery* efektif menurunkan risiko bunuh diri serta meningkatkan harga diri pada klien dengan gangguan mood,

sehingga *guided imagery* dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis unggulan dalam asuhan keperawatan jiwa pada klien dengan Risiko Bunuh Diri.

3. Hasil evaluasi dari penerapan terapi relaksasi *guided imagery* menunjukkan adanya perkembangan yang bertahap pada klien selama lima kali pertemuan. Klien mampu membina hubungan saling percaya, mempertahankan *safety contract*, mengenali kemampuan dan aspek positif yang dimiliki, memilih coping yang lebih adaptif, serta menyusun rencana masa depan yang realistis. Pada akhir intervensi, klien menyatakan tidak lagi memiliki keinginan untuk menyakiti diri, tampak lebih tenang, mampu mengendalikan pikiran negatif, dan berkomitmen menerapkan strategi yang telah dipelajari untuk mencegah munculnya kembali perilaku maladaptif dan memicu risiko bunuh diri.

5.2 Saran

1. Bagi Klien dengan Risiko Bunuh Diri

Diharapkan klien dapat terus menerapkan teknik *Guided imagery* secara mandiri sebagai salah satu strategi coping ketika muncul perasaan sedih, kecewa, atau dorongan untuk menyakiti diri. Klien juga diharapkan tetap patuh dalam menjalani pengobatan sesuai anjuran serta memanfaatkan dukungan keluarga sebagai sumber kekuatan dalam proses pemulihan.

2. Bagi Perawat

Diharapkan perawat dapat terus memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif dan berkelanjutan kepada klien dengan masalah Risiko Bunuh Diri, meliputi pengawasan ketat, penguatan harga diri, serta edukasi kepatuhan pengobatan. Penerapan terapi *Guided imagery* dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis pendukung yang diintegrasikan dengan Strategi Pelaksanaan standar untuk membantu menurunkan risiko bunuh diri klien.

3. Bagi Rumah Sakit Jiwa

Diharapkan pihak rumah sakit dapat menyediakan panduan atau Standar Operasional Prosedur (SOP) baku mengenai pelaksanaan terapi

Guided imagery pada klien dengan Risiko Bunuh Diri, serta memfasilitasi pelatihan bagi tenaga keperawatan agar intervensi ini dapat diterapkan secara konsisten dan berkesinambungan sebagai bagian dari asuhan keperawatan jiwa di ruang rawat.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai penerapan *Guided imagery* menggunakan desain penelitian dengan metode evidensi yang lebih baik, jumlah responden yang lebih banyak, durasi pengkajian yang lebih panjang, serta instrumen pengukuran risiko bunuh diri yang telah tervalidasi, sehingga efektivitas *Guided imagery* dalam menurunkan risiko bunuh diri dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

