

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

1.1 Kesimpulan

Hasil dari studi kasus yang bertujuan mendeskripsikan penurunan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa dan mengalami kecemasan sebelum dan sesudah pemberian tindakan terapi relaksasi otot progresif serta respon kedua pasien setelah diberikan tindakan yang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1.1.1** Tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif Ny. S adalah 25 (kecemasan sedang) dan Ny. N adalah 20 (kecemasan sedang).
- 1.1.2** Tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif Ny. S adalah 21 (kecemasan ringan) dan Ny. N adalah 15 (kecemasan ringan).
- 1.1.3** Respon kedua pasien sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif adalah sama, yaitu menunjukkan perubahan respon fisiologis, kognitif, perilaku, dan emosi menjadi lebih baik dari sebelumnya.

1.2 Rekomendasi

1.2.1 Bagi Subjek

Terapi relaksasi otot progresif dapat dijadikan salah satu rekomendasi olahraga untuk merileksasikan pikiran, ketegangan otot, dan menjaga kesehatan yang dapat dilakukan tanpa biaya serta mudah dilakukan secara mandiri.

1.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi kasus ini hanya menggunakan metode deskripsi yang dimana hanya menggunakan 2 orang pasien saja, sehingga diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode analisa dengan responden yang lebih banyak lagi.

1.2.3 Bagi Pelayanan Kesehatan

Memberikan tambahan asuhan keperawatan dengan memberikan intervensi berupa terapi relaksasi otot progresif kepada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dan sedang mengalami kecemasan.