

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari Studi Kasus ini yang bertujuan untuk mendeskripsikan penurunan Tingkat Stress pada Pasien Hemodialisa sebelum dan sesudah dilakukan Relaksasi Otot Progresif dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kriteria Tingkat Stress pada keempat responden sebelum dilakukan Relaksasi Otot Progresif adalah Stress Sedang.
2. 4 Responden dapat diberikan intervensi Relaksasi Otot Progresif.
3. Kriteria Tingkat Stress setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif adalah Stress Ringan pada Ny S dan Tn A, Stress Sedang pada Tn W dan Ny. St.
4. Setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif pada keempat responden terdapat penurunan Kriteria Tingkat Stress pada 2 Responden.
5. Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan Tingkat Stress pada Pasien Hemodialisa.

B. Saran

1. Bagi Responden

Relaksasi Otot Progresif ini dapat dilakukan sehari hari secara mandiri untuk merilekskan pikiran, mengurangi kecemasan dan stress.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk Studi Kasus selanjutnya bisa dilakukan lebih dari 1 minggu agar proses dari Relaksasi Otot Progresif ini dapat maksimal dan dilakukan home visit agar penerapan Relaksasi Otot Progresif dapat terkontrol oleh peneliti.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan Terapi ini dapat di terapkan Pelayanan Kesehatan khususnya pada Instalasi Hemodialisa untuk mengatasi Tingkat Stress yang terjadi pada Pasien Hemodialisa.