

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus mengenai penerapan terapi dzikir dan relaksasi benson pada lansia pre operatif yang mengalami kecemasan di RSUD Kardinah Kota Tegal, yang peneliti telah lakukan dapat di tarik Kesimpulan sebagai berikut:

1. Responen pada studi kasus ini adalah Ny. A, seorang lansia dengan diagnosis medis Cholelithiasis yang mengalami ansietas akibat akan menjalani tindakan operasi. Pasien tampak gelisah, mengalami gangguan tidur, merasa takut operasi gagal, serta khawatir terhadap konsisi yang dialaminya.
2. Implementasi terapi dzikir dan relaksasi benson dilaksanakan selama dua hari berturut-turut dengan durasi 15-20 menit setiap sesi. Pelaksanaan terapi di lakukan dengan Teknik relaksasi pernapasan yang dikombinasikan dengan bacaan dzikir, dan selama pelaksanaan terapi pasien tampak kooperati serta mampu mengikuti seluruh tahapan terapi dengan baik
3. Terjadi penurunan hasil pengukuran menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang menunjukkan adanya penurunan Tingkat kecemasan dari skor 30 sebekum intervensi dengan kategori kecemasan berat menjadi skor 12 setelah pembrian terapi selama dua hari dengan kategori tidak ada kecemasan.
4. Asuhan keperawatan pada lansia pre-operatif yang mengalami kecemasan telah dilaksanakan melalui tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Penerapan terapi dzikir dan relaksasi benson terbukti dapat membantu menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien pre operatif.

B. Saran

Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan desain penelitian yang lebih bervariasi dan jumlah sampel yang lebih banyak untuk menggambarkan atau mewakili populasi yang ada sehingga dapat diketahui efektivitas terapi dzikir dan relaksasi benson dalam menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien pre operatif secara lebih luas. Selain itu, durasi pelaksanaan intervensi dapat dilakukan dalam waktu yang lebih lama agar diperoleh hasil yang lebih optimal dan efektif dalam menurunkan Tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani tindakan operasi.