

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan asuhan keperawatan komprehensif pada pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan melalui pemberian terapi pendamping relaksasi Benson, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan studi dokumentasi.
2. Pada saat pengkajian di dapatkan data pendukung untuk ditegakkannya diagnosa kecemasan,
3. Pada klien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa ditemukan diagnosa keperawatan kecemasan.
4. Perencanaan intervensi pada masalah psikososial: kecemasan disusun berdasarkan masalah dan sesuai dengan teori yang ada.
5. Implementasi dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun dan klien mampu untuk melakukan relaksasi yang diajarkan.
6. Evaluasi dilakukan mengarah pada tujuan yang telah ditetapkan dengan melakukan penilaian terhadap perubahan gejala kecemasan baik secara subyektif maupun objektif.

**B. Saran**

1. Bagi pasien yang merasakan kecemasan hendaknya dapat mempraktekkan inovasi teknik relaksasi benson yang sangat sederhana namun sudah banyak terbukti mampu menciptakan rileksasi yang kuat sehingga dapat menurunkan kecemasan. Selain itu, hendaknya pasien terus mempelajari langkah-langkah inovasi relaksasi Benson sehingga dalam mempraktikkannya benar-benar dapat memberikan manfaat bagi kesehatan.
2. Bagi rumah sakit, hendaknya terus berupaya untuk mengajarkan latihan relaksasi bagi pasien yang mengalami kecemasan, karena cara ini telah banyak terbukti mampu menurunkan kecemasan.