

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Kecemasan yang dialami Ny.K sebelum dilakukan tindakan *mastectomy* adalah merasa khawatir akan tindakan operasi yang akan dilakukan. Pada saat dilakukan pengkajian dan mengidentifikasi skala kecemasan menggunakan kuesioner *Zung-Self Rating Scale*, kecemasan yang dirasakan Ny.K berada pada rentang kecemasan berat.
2. Setelah dilakukan pemberian intervensi teknik relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound* pada Ny.K dengan masalah keperawatan *anxietas* didapatkan hasil dengan menggunakan kuesioner *Zung-Self Rating Scale* yaitu dalam rentang kecemasan ringan.
3. Adapun intervensi setelah diberikan teknik relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound*, pada awal pengkajian yaitu tanggal 07 Mei 2023 diketahui dimana pasien mengalami kecemasan sebelum dilakukan tindakan pembedahan, dan hasil pengkajian terakhir sebelum pembedahan pada tanggal 09 Mei 2024 diketahui bahwa kecemasan yang dialami Ny.K menurun, pasien sebelumnya merasakan kecemasan berat dan setelah dilakukan intervensi dengan mengajarkan teknik relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound* selama 3 hari dengan durasi 10-15 menit kecemasan pada pasien menurun dalam rentang kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa latihan relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound* berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre *mastectomy*.

F. Saran

Berdasarkan hasil penerapan yang telah dilakukan di Rumah Sakit Urip Sumoharjo, bahwa teknik relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound* dengan menggunakan informasi tertulis berupa *booklet* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre *mastectomy*, berdasarkan hasil tersebut penulis

menyarankan untuk memberi informasi dan mengajarkan bagaimana cara mengatasi kecemasan sebelum dilakukan pembedahan salah satunya intervensi teknik relaksasi otot progresif kombinasi *relaxound* dalam upaya penurunan kecemasan pada pasien pre *mastectomy*.

