

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Diketahui hasil rata-rata kecemasan sebelum dilakukannya relaksasi autogenik yaitu dengan rata-rata tingkat kecemasan dalam kategori sedang yaitu sebanyak 20 responden (51,3%) dengan SD sebanyak 2,719 .
2. Diketahui hasil rata-rata kecemasan setelah diberikan relaksasi autogenik yaitu 10,23 dengan rata-rata tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sebanyak 28 responden (71,8%) dengan standar deviasi 2,761
3. Adanya pengaruh dari dilakukannya relaksasi autogenik terhadap penurunan kecemasan pasien pre operatif kanker payudara dengan hasil $0,741 < 0,05$.

B. Saran

Dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, pada akhirnya peneliti ingin memberikan saran dan diharapkan diterima oleh berbagai pihak yang terkait sebagai berikut:

1. Bagi RSUD Dr.H.Abdul Moeloek
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan dan gambaran bagi instansi RSUD Dr.H. Abdul Moeloek terkhusus bagi asuhan keperawatan di ruang rawat inap bedah untuk diadakannya dan diterapkannya pelatihan mengenai relaksasi autogenik yang dapat digunakan sebagai salah satu acuan dalam peningkatan teknik non-farmakologi dalam menangani masalah kesehatan seperti kecemasan.
2. Bagi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Tanjung Karang
Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber informasi dan referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian mengenai relaksasi autogenik terhadap kecemasan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi Peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dengan lebih baik lagi, diharapkan penelitian ini bisa sebagai acuan dan contoh untuk peneliti selanjutnya untuk menganalisis lebih luas mengenai relaksasi autogenik dan terapi lainnya, terkhusus terhadap kecemasan pada pasien pre operatif kanker payudara.