

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Asuhan keperawatan pada studi kasus karya ilmiah akhir Ners ini diterapkan pada dua ibu hamil primigravida yaitu Ny.MF dan Ny.MP dengan kecemasan. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada kedua pasien yaitu Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan ditandai dengan klien merasa cemas dan gelisah tindakan keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan berdasarkan pada SIKI adalah Terapi relaksasi dengan autogenik Sebelum penerapan relaksasi autogenik kedua responden mendapatkan score tingkat kecemasan sedang. Setelah penerapan relaksasi autogenik kedua responden dalam kategori kecemasan ringan. Penerapan relaksasi autogenik efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida di puskesmas oesapa kota kupang.

5.2 Saran

1. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu acuan dalam pengembangan aplikasi terhadap ilmu dan praktik keperawatan yaitu Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Di Puskesmas Oesapa Kupang

2. Bagi pasien dan keluarga

Dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan kualitas hidup sehari-hari khususnya pada ibu hamil primigravida dengan kecemasan.

