

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Ada perbedaan skor ansietas sebelum dan sesudah pemberian intervensi relaksasi autogenik terhadap pasien pra general anestesi di RS Mata Dr. Yap Yogyakarta.
2. Ada perbedaan frekuensi nadi sebelum dan sesudah pemberian intervensi relaksasi autogenik terhadap pasien pra general anestesi di RS Mata Dr. Yap Yogyakarta.
3. Ada perbedaan skor ansietas dan frekuensi nadi sebelum dan sesudah relaksasi pada pasien pra general anestesi antara kelompok intervensi dengan kelompok pembanding. Pada kelompok yang diberikan relaksasi autogenik terdapat penurunan kecemasan yang lebih baik daripada kelompok pembanding, sehingga relaksasi autogenik efektif untuk menurunkan kecemasan.

#### **B. Saran**

1. Bagi Rumah Sakit  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan intervensi mandiri untuk dijadikan pedoman dalam memberikan pelayanan pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi.
2. Bagi Perawat Anestesi  
Dapat memberikan edukasi tentang intervensi nonfarmakologi menggunakan teknik relaksasi autogenik dalam intervensi keperawatan

mandiri agar mengurangi atau mengatasi kecemasan dan perubahan frekuensi nadi yang meningkat pasien pre operasi.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Agar melanjutkan penelitian dengan menggunakan metode dan instrumen penilaian kecemasan yang berbeda untuk mencari faktor risiko yang mempengaruhi kecemasan. Peneliti selanjutnya juga dapat mengganti atau menambahkan variabel tekanan darah untuk melihat hubungan ansietas dan faktor tersebut sehingga dapat mengetahui sejauh mana manfaat dari relaksasi autogenik.