

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil *literature review* ini menunjukkan bahwa terapi *foot hand massage* dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis, teknik *foot hand massage* sangat efektif dalam penurunan kecemasan. Intervensi *foot hand massage* ini memiliki peluang yang besar untuk dipraktekkan di tatanan klinis dan komunitas khususnya di Indonesia. Kondisi ini di dukung oleh banyaknya kelebihan *dari teknik foot hand massage* yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, mengurangi penggunaan jumlah obat dan efek samping. Pijat teknik *foot hand massage* ekonomis, mudah dilakukan, tidak menimbulkan efek samping, dan dapat dilakukan kapan saja.

B. Saran

1. Pasien

Dapat menerapkan teknik *foot hand massage* untuk menurunkan tingkat kecemasan secara non farmakologi dan memberikan kenyamanan pasien.

2. Rumah sakit

Dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak rumah sakit dalam penatalaksanaan non farmakologi untuk mengatasi kecemasan pasien pre operasi, sehingga mutu dan kualitas pelayanan akan meningkat.

3. Institusi pendidikan

Data digunakan sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan bagi mahasiswa dan dosen dalam pembelajaran terutama berkaitan tentang pengaruh teknik *foot hand massage* untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

4. Peneliti lanjut

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan penelitian selanjutnya dan sebagai dasar pengembangan penelitian dengan variabel yang berbeda yang berkaitan dengan tingkat kecemasan pre operasi agar diperoleh hasil yang lebih baik.