

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap tiga kelompok intervensi (kombinasi relaksasi napas dalam dan *guided imagery*, relaksasi napas dalam, serta *guided imagery*), dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden didominasi oleh perempuan, berusia 17–25 tahun, berpendidikan SMA, dengan status ASA II, dan sebagian besar belum pernah menjalani operasi.
2. Tingkat kecemasan sebelum intervensi pada ketiga kelompok, mayoritas responden berada pada kategori cemas sedang sedangkan setelah diberikan intervensi pada ketiga kelompok mayoritas berpindah ke kategori cemas ringan.
3. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan *general* anestesi pada ketiga kelompok dengan mean rank kelompok kombinasi relaksasi nafas dalam dan *guided imagery* (53,55), kelompok relaksasi nafas dalam (56,77) dan kelompok *guided imagery* (57,68).

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, intervensi kombinasi relaksasi napas dalam dan *guided imagery* menunjukkan efektivitas dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Temuan ini memberikan kontribusi positif terhadap pengembangan

intervensi keperawatan non-farmakologis di bidang pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan beberapa saran yang dapat dijadikan acuan untuk penata anestesi, institusi poltekkes kemenkes yogyakarta dan peneliti selanjutnya meningkatkan kualitas pelayanan dan hasil kesehatan pasien.

1. Bagi Penata Anestesi di RSUD Kota Bandung

Intervensi kombinasi relaksasi napas dalam dan *guided imagery* terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan praoperasi. Dapat digunakan sebagai acuan untuk menurunkan kecemasan dengan terapi non-farmakologi.

2. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Sebagai referensi yang berhubungan dengan intervensi kombinasi relaksasi nafas dalam dan *guided imagery* terhadap penurunan kecemasan pre operasi dengan *general* anestesi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan agar intervensi penurunan kecemasan tidak hanya mempertimbangkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status ASA, dan pengalaman operasi, tetapi juga memasukkan faktor lain seperti kondisi medis, akses informasi, sosial ekonomi, jenis tindakan dan dukungan sosial. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan penelitian selanjutnya terkait jarak waktu pemberian intervensi dengan post test kecemasan dan menjadi referensi materi tentang pemberian intervensi kombinasi relaksasi

nafas dalam dan *guided imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan.