

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus tentang penerapan *mandala coloring therapy* pada lansia dengan ansietas di BPSTW Abiyoso, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Proses asuhan keperawatan dilakukan pada kedua klien selama 6 kali pertemuan, dimulai dari pengkajian pada tanggal 25 April 2026. Hasil pengkajian menunjukkan klien 1 mengalami ansietas ringan dengan skor HARS sebesar 15 dan klien 2 mengalami ansietas sedang dengan skor HARS sebesar 27. Berdasarkan hasil analisa data, ditegakkan diagnosa keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis maturasional pada klien 1 dan krisis situasional pada klien 2, serta gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur pada klien 1 dan hambatan lingkungan pada klien 2. Intervensi yang diberikan adalah terapi seni berupa *mandala coloring therapy*. Masalah ansietas pada kedua klien dinyatakan teratasi pada sesi ke-6, dibuktikan dengan tercapainya seluruh kriteria hasil yang telah ditetapkan. Masalah gangguan pola tidur teratasi pada klien 1 dan teratasi sebagian pada klien 2 karena klien masih dalam proses adaptasi terhadap lingkungan baru.
2. Terdapat perbedaan respons penerapan *mandala coloring therapy* antara kedua klien. Klien 1 menunjukkan respons lebih cepat dengan penurunan skor HARS dari ansietas ringan menjadi normal, sedangkan klien 2

menunjukkan respons lebih bertahap dengan penurunan dari ansietas sedang menjadi ansietas ringan, dipengaruhi oleh perbedaan lama tinggal, dukungan keluarga, dan mekanisme koping masing-masing klien.

3. Faktor pendukung dalam penerapan *mandala coloring therapy* meliputi lingkungan BPSTW Abiyoso yang kondusif dengan suasana tenang dan nyaman, serta respons positif kedua klien yang menunjukkan antusiasme dan keinginan mengikuti terapi secara aktif. Terapi ini juga bersifat aman, mudah dilakukan, tidak memiliki efek samping, dan menggunakan media yang mudah diperoleh sehingga praktis diterapkan pada lansia. Faktor yang memengaruhi proses terapi adalah perhatian klien yang mudah teralih karena aktif bercerita selama kegiatan berlangsung, sehingga waktu penyelesaian mewarnai menjadi lebih lama dari durasi yang telah ditetapkan. Hal ini diatasi dengan melakukan komunikasi terapeutik dan pendampingan selama terapi berlangsung untuk membantu klien kembali fokus pada kegiatan *mandala coloring therapy*.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, berikut beberapa saran yang dapat penulis sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait:

1. Bagi lansia

Lansia diharapkan dapat memanfaatkan *mandala coloring therapy* sebagai salah satu aktivitas relaksasi yang dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan pendampingan petugas panti untuk membantu mengekspresikan

perasaan, berkontribusi dalam mengurangi ansietas, dan meningkatkan ketenangan emosional sehari-hari.

2. Bagi perawat di panti

Perawat diharapkan dapat mempertahankan dan mengintegrasikan *mandala coloring therapy* ke dalam program kegiatan rutin di panti sebagai salah satu pilihan terapi seni yang berpotensi dalam mendukung kondisi psikologis dan emosional lansia, tanpa menghilangkan kegiatan terapeutik lain yang telah berjalan dan dinilai efektif, sehingga lansia memiliki variasi aktivitas yang lebih kaya dalam mendukung kondisi psikologis dan emosionalnya.

3. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi dan bahan pembelajaran dalam pengembangan kurikulum keperawatan gerontik, khususnya mengenai penerapan terapi seni berupa *mandala coloring therapy* sebagai intervensi nonfarmakologis yang dapat berkontribusi dalam penanganan lansia dengan ansietas.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi mengenai *mandala coloring therapy* dengan variasi media mewarnai yang lebih beragam selain spidol agar lebih menarik.