

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari studi literatur *review* dari 15 jurnal yang membahas pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap kecemasan terdapat 9 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional yang menggunakan alat ukur yang beragam dan dari berbagai pasien yang mengalami kecemasan seperti kecemasan pasien penyakit kronik, kecemasan pasien pra bedah, kecemasan pasien ibu bersalin dan kecemasan pasien anak hospitalisasi dapat ditarik kesimpulan bahwa 14 dari jurnal mengatakan ada pengaruh yang signifikan antara *Slow Stroke Back Massage* dalam penurunan kecemasan, dan terdapat 1 jurnal yang mengatakan tidak terdapat pengaruh yang berarti antara *Slow Stroke Back Massage* dengan Kecemasan tetapi responden dalam penelitian jurnal tersebut merasakan lebih rileks, dalam jurnal yang berjudul *Slow Stroke Back Massage (SSBM) dan Kecemasan Pasien Stroke*, Amilia dkk (2020), hal demikian dikarenakan para responden dalam situasi tekanan darah yang tinggi yaitu 170-200 MmHg tanpa bantuan obat penurun tekanan darah terlebih dahulu.

Karena lebih banyak hasil penelitian yang menyatakan terdapat pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Kecemasan, oleh sebab itu peneliti berasumsi bahwa *Slow Stroke Back Massage* efektif membantu menurunkan kecemasan pada pasien. Hal tersebut

dikarenakan secara fisiologis, *massage* mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang dapat menimbulkan respon relaksasi. Relaksasi memberikan manfaat mengurangi tingkat metabolisme dan oksigen berlebihan, menurunkan tekanan darah dan mengurangi irama jantung dengan hasil akhir pasien menjadi rileks dan kecemasan berkurang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, saran penulis adalah sebagai berikut:

1. Untuk penulis

Dapat menerapkan inovasi tindakan keperawatan pemberian *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik, serta dapat menambah wawasan keilmuan, sangat terbtasnya jurnal terkait SSBM ini, sehingga lebih ditingkatkan lagi dalam mereview bukan hanya jurnal bisa juga berupa artikel atau dengan penelitian lain yang tidak ada pengaruh seperti pada 1 jurnal pada pembahasan yang menyatakan tidak ada pengaruh SSBM terhadap kecemasan.

2. Bagi peneliti

Sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk pemecahan kasus dalam menurunkan kecemasan serta sebagai salah satu acuan untuk dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai terapi komplementer lainnya untuk menurunkan kecemasan pasien.

3. Bagi rumah sakit

Sebagai salah satu acuan untuk menerapkan intervensi keperawatan non-farmakologi di rumah sakit dalam pemecahan masalah pada pasien dengan kecemasan.

4. Bagi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana kepustakaan dan referensi terapi Slow Stroke Back Massage untuk menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dan sebagai acuan bahan bacaan diperpustakaan.