

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah pada 10 jurnal penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa, dikarenakan terapi relaksasi otot progresif dapat memberikan rasa *relax* sehingga ketika tindakan relaksasi otot dilakukan maka terasa nyaman dan membantu membuat responden lebih rileks. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner DASS, dikarenakan kuesioner DASS lebih kompleks dan mudah dimengerti oleh responden disebabkan pertanyaannya yang tidak terlalu rumit.

#### B. Saran-saran

##### 1. Profesi perawat

Peneliti berharap profesi perawat hendaknya dapat memenuhi kebutuhan dasar pasien yang berhubungan dengan kecemasan dan diharapkan pula adanya tindak lanjut dalam pemberian asuhan keperawatan yang berkelanjutan dan komprehensif pada pasien yang menjalani hemodialisa.

##### 2. Kepada Klien dan keluarga

Klien mampu melakukan dan dapat menerima asuhan keperawatan yang lebih berkualitas terutama dalam mengatasi kecemasan yang bisa dilakukan klien dimana saja dan agar mampu memberikan rasa nyaman dan rileks sehingga bias menerima kondisinya serta mengerti tentang proses perawatannya.

3. Kepada pasien hemodialisa dan care giver agar dapat menggunakan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat kecemasan.

4. Institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau sumber informasi untuk penelitian berikutnya, sebagai bahan bacaan di perpustakaan, serta sebagai bahan masukan dalam kegiatan proses belajar pada program penelitian dalam menganalisa pasien dengan CKD.