

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Bab ini berisi simpulan hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian, serta bagi praktik keperawatan, pendidikan keperawatan dan penelitian keperawatan.

#### **6.1 Simpulan**

Penelitian tentang pengaruh relaksasi Benson terhadap perubahan tingkat ansietas dan tekanan darah pada pasien pra operasi dilaksanakan pada 04 April sampai 22 Juni 2017. Responden berjumlah 99 orang terdiri atas 75 orang kelompok intervensi dan 24 orang responden kelompok kontrol.

- 6.1.1 Karakteristik responden mayoritas 33,3% responden berumur 17-25 tahun (masa remaja), 63.6% responden berjenis kelamin perempuan. 71.7% responden dengan tingkat pendidikan rendah dan 51,5% responden jenis operasi minor.
- 6.1.2 Tingkat ansietas pasien pra operasi berdasarkan Halminton *Anxeity Scale* (HAM-A) sebelum intervensi yaitu 4,0% responden ansietas normal, 13,3% responden, 48,0% ansietas sedang dan 34,7% responden ansietas berat. Pada kelompok kontrol, 8,3% responden ansietas normal, 12,5% responden ringan, 54,2% ansietas sedang dan 25,0% responden ansietas berat.
- 6.1.3 Tekanan darah sistol sebelum intervensi dengan nilai *mean* 129,19 dan tekanan darah diastole dengan nilai *mean* 124,04.
- 6.1.4 Tingkat ansietas pasien pra operasi setelah intervensi relaksasi Benson yaitu, 17,3% responden ansietas normal, 24,0% responden, 50,7% ansietas sedang dan 6 (8,0%) responden ansietas berat.
- 6.1.5 Tekanan darah sistol setelah intervensi dengan nilai *mean* 85.15 dan tekanan darah diastole dengan nilai *mean* 84,14.
- 6.1.6 Berdasarkan uji bedah berpasangan menunjukkan ada perubahan tingkat ansietas yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi relaksasi Benson dengan nilai  $p=0,000$  ( $<0,05$ )

- 6.1.7 Berdasarkan uji bedah berpasangan menunjukkan ada perubahan tekanan darah yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi relaksasi Benson untuk tekanan darah sistol nilai  $P=0.000$  (selisih penurunan  $-44.04$ ), menunjukkan ada pengaruh signifikan relaksasi Benson. Sedangkan tekanan darah diastol nilai  $p=0.000$  (selisih penurunan  $-34.9$ ) menunjukkan tidak ada pengaruh relaksasi Benson.
- 6.1.8 Berdasarkan uji independen diketahui ada perubahan ansietas yang signifikan antara intervensi relaksasi Benson dengan kelompok kontrol  $p=0,021$ .
- 6.1.9 Berdasarkan uji independen diketahui tidak ada perubahan tekanan darah sistol yang signifikan antara intervensi relaksai Benson dengan kelompok kontrol  $p=0,858$ . Untuk tekanan darah diastole tidak ada pengaruh yang signifikan antara intervensi relaksasi Benson dengan kelompok kontrol  $p=0.232$ .
- 6.1.10 Secara simultan menunjukkan relaksasi Benson, umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan jenis operasi (*Cox and Snell*) memberikan kontribusi sebesar  $0.171$  ( $17\%$ ) terhadap tingkat ansietas.
- 6.1.11 Secara simultan menunjukkan relaksasi Benson umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan jenis operasi s memberikan kontribusi sebesar  $0.975$  untuk tekanan darah sistok dan  $0.829$  untuk tekanan darah diastole
- 6.1.12 Secara parsial pengaruh relaksasi Benson , umur ( $p=0.866$  dengan *odds ratio*  $0.796$ ). Jenis kelamin ( $p=0.931$  dengan *odds ratio*  $0.943$ ). Tingkat pendidikan ( $p=0.001$  dengan *odds ratio*  $0.095$ ). Jenis operasi ( $p=0.716$  dengan  $0.389$ ) pada tingkat ansietas.
- 6.1.13 Secara parsial pengaruh relaksasi Benson , umur ( $p=0.472$ ). Jenis kelamin ( $p=0.867$ ). Tingkat pendidikan ( $p=0.576$ ). Jenis operasi ( $p=0.886$ ) pada tekanan darah sistol. Untuk pengaruh relaksasi Benson, umur ( $p=0.876$ ). Jenis kelamin ( $p=0.869$ ). Tingkat pendidikan ( $p=0.628$ ). Jenis operasi ( $p=0.984$ ) pada tekanan darah diastol.

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Bagi Praktek Keperawatan Di RSUD Lakipadada

Intervensi relaksasi Benson berpengaruh terhadap tingkat ansietas dan tekanan darah pra operasi sehingga rumah sakit dapat memproses kebijakan terkait hasil penelitian berdasarkan kajian ilmu yang sudah dipaparkan. Relaksasi Benson dapat dijadikan standar prosedur operasional (SOP) pasien pra operasi. Lingkungan/ruangan/tempat untuk melakukan relaksasi perlu disediakan di rumah sakit sebagai tempat untuk relaksasi.

### 6.2.2 Bagi Pasien Pra Operasi

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi pasien khususnya pasien yang akan menjalani operasi untuk menurunkan tingkat ansietas dan tekanan darah.

### 6.2.3 Bagi Pendidikan Keperawatan

Memasukkan terapi non farmakologi pada pasien sebagai salah satu mata kuliah pasien pra operasi khususnya non farmakologi yang memberikan efek relaksasi pada pasien pra operasi yang mengalami ansietas dan perubahan tekanan darah seperti relaksasi Benson.

### 6.2.4 Bagi Penelitian Keperawatan

- a. Mengembangkan kajian ilmiah berupa penelitian lanjutan untuk menyempurnakan dan memperdalam penelitian dengan memodifikasi relaksasi Benson, *video*, orientasi ruang perawatan ruang bedah, intervensi *autogenic*, intervensi terapi music, pernafasan diafragma, relaksasi progresif dan terapi meditasi.
- b. Penelitian ini dapat disajikan *software* untuk mendapatkan ansietas pasien pra operasi sehingga perawat dapat memberikan intervensi yang sesuai.
- c. Untuk aplikasi Roy *adaptation Model* (RAM) perlu melihat lebih kompleks dari empat system adaptif: fisiologis, konsep diri, peran dan ketergantungan terhadap ansietas dan tekanan darah.
- d. Diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti pengaruh obat anti hipertensi pada pasien yang akan menjalani operasi yang mengalami tekanan darah tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akinsulore, A. (2015). *Assessment Of Preoperative And Postoperative Anxiety Among Elective Major Surgery Patients In A Tertiary Hospital In Nigeria*. Nigeria: M.E.J. Anesth 23.
- Alligood. (2014). *Nursing Theorists and Their Work*. Singapore: Elseiver; Edisi 8.
- Alligood. (2017). *Pakar Teori Keperawatan dan Karya Mereka*. Singapore: Elseiver; Edisi Indonesi Ke-8. volume 1.
- Apriansyah, A. (2015). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Pre-Operasi Dengan Derajat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Muhammadiyah . Palembang*
- Asmadi. (2008). *Kebutuhan Dasar Manusia*. 2008. Jakarta: Selemba Medika.
- Bickley. S.L. (2013). *Bates' Guide to Phisical Examination & History Taking*. arrangement with Lippincott Williams & Wilkins. Edisi 11. USA.
- Black, J. M. (2014). *Medical Surgical Nursing: Clinical Management for Positif Outcomes*. Singapore: Elsevier.
- Budikasi, F. I. (2015). *Hubungan Pemberian Informed Consent Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Kategori Status Fisik I-II Emergency American Society Of Anesthesiologists*. Manado: ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 3 Nomor 2,
- Borji, M. (2016). *The Effect Benson's Relaxion on Depression, Anxiety, and strees in patiens undegoing hemodelysis*. Iran: International Journalof Medical Research & Health Sciences.
- Bouke, S. (2016). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pre Operasi dan Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Ansietas Pasien Pre Operasi di RS Karitas Weetebula NTT*. Nusa Tenggara Timur.
- Datak, G. (2008). *efektifitas Relaksasi Benson terhadap Nyeri Pasca Bedah pada pasien transurethral resection of the prostate*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Dalimartha, S., Purnam, Basuki T. Sutarina, Nora, MAhendra, B., Darmawan, Rahmat. (2008). *Care Your Self Hipertensi*. Cetakan 1. Jakarta: Penebur Plus.

- Depkes RI (2009). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Republik Indonesia
- Derajat, Z. (2007). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Dewi Prarwati, et.al. (2011). *Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terspi Relaksasi Benson Pada Pasien Hipertensi*. Semarang.
- Erawan, W., Opod, H., & Pali, C. (2013). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pasien Laki-Laki dan Perempuan pada Pre Operasi Laparatomi di RSUD Prof Dr. R.D. Kandou Manado*, Jurnal e-Biomedik, 642-645.
- Frelita, G., Sitorang T., Silotonga, D. S., Oeswandi, J., Tahjoo, Tandiono, E., & Sutono. (2011). *Join Commission International Standar Akreditasi Rumah Sakit. Edisi ke-4. I Jakarta: PT Gramedia*
- Gea, N. K. (2014). *Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi*. Bekasi
- Hartono, et. al. (2010). *buku ajar keperawatan jiwa*. salemba medika. Jakarta.
- Hawari, D. (2006). *Manajemen stres, cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Ikhsan, M dan Asdar, F dkk. (2012). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Rumah Sakit Umum Islam Faisal Makassar*. Makassar: STIKES Nani Hasanuddin Makassar.
- Indrawati, R. (2015). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Pre Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah*. Sidoarjo.
- Istianah, U., (2015). *Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Dan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi Esensial Di Panti Sosial Tresna Wredha Abiyoso Pakem Yogyakarta*. Jurnal Teknologi Kesehatan, Volume 12, Nomor 2. Yogyakarta.
- Jones. M.R. (2008). *General Assessment dan Tanda-tanda Vital*. e-book
- Karyono, et. al. (1995). *Efektifitas Relaksasi Benson dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi ringan*. Jurnal psikologis Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. 8(2).143.
- Kemendes RI, 2014, *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, Jakarta Selatan, Jakarta.

- Kozier, E. B. (2010). *Buku Ajar Fundamental keperawatan : Konsep, Proses, Praktik*. Jakarta,: EGC, Edisi 7, Volume 2.
- Kuraesin, N. D. (2009). *Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien yang akan menghadapi operasi*. jakartan
- Laras Pratiwi1. Et.al. (2015). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer*: Riau
- Lewis, D. H. (2011). *Medical Surgical Nursing Assessment And Management Of Clinical Problems*. Ninth Edition.
- Lutfa, U. (2008). *Faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi*. Surakarta: Berita Ilmu Keperawatan.
- Mardiani, I. Y. (2014). *Perbedaan Efektifitas Teknik Relaksasi Benson dan Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Per Operasi Bedah Obdoment*. semarang: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK).
- Merdekawati, Diah dan Aguspairi dkk. (2013). *Efektivitas Terapi Psikoedukasi Dan Terapi Murattal Terhadap Kecemasan Pasien Preoperasi Fraktur Di Ruang Perawatan Bedah Rsud Raden Mattaher Jambi*. Jambi: Universitas Batanghari
- Murti, B. (2010). *Desain dan Ukuran Sampel Untuk Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif di Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Edisi 2: Gadjah Mada UNiversity Press.
- Muttaqin, A, &. (2009). *Asuhan Keperawatan Perioperatif: Konsep, Proses dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Neno, M. L. (2013). *pengaruh terapi relaksasi masase punggung terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bdh mayor*. Semarang.
- Nasir, A & Muhith, A (2011). *Dasar –Dasar Keperawatan Jiwa. Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salamba.
- Otaghi. M. et al. (2016). *The Effect of Benson's Relaxation depression, anxiety and stress in patiens undergoing hemodialysis*. Iran. Health Sciences. issn N:2319.
- Pieter, H., &. (2010). *Pengantara Psikologi dalam Keperawatan*. Jakarta:Kencana.

- Potter, D. P. (2013). *Fundamental of Nursing*. Canada: ElsevierMosby: lighth Edition.
- Polit, D. (2012). *Nursing Research*. Philadelphia: Lippincott: Williams & Wilkins.
- Purwaningsih, W. (2010). *Derajat Kecemasan Pasien Dengan Tindakan Operatif Dapat diminimalisir dengan Persiapan Preoperatif yang Matang*. Surakarta: Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan.
- Purwanto, S. (2006). *Relaksasi Dzikir*. Surakarta: SUHUF, Vol. XVIII, No. 01.
- Puspita, N. A. (2014). *Efektifitas Waktu Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Abdomen Di Rsud Tugurejo Semarang*. Semarang: Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (Jikk).
- Putri et. al. (2012). *Penerapan asuhan Keperawatan pada Klien Isolasi Sosial dengan Pendekatan Model Konseptual Hidegard E. Peplau dan Viginia Henderson. Ners Jurnal Keperawatan. Volume 8, No1*. Universitas Andalas
- Riska., et.al. (2012). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks*: Pekanbaru
- Rofi'i, Moch Chafit. (2012). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Pre Operasi Katarak*. Surabaya: STIKES Hang Tuah Surabaya.
- Salbiah. (2006). *Konsep Holistik Dalam Keperawatan Melalui Pendekatan Model Adaptasi Sister Callista Roy*. Universitas Sumatera Utara: Jurnal Keperawatan Rufaidah Sumatera Utara, Volume 2 Nomor 1.
- Sanjaya, J. (2015). *jalur florence* . Kudus: STikes Muhammadiyah.
- Simbolon, P. (2015). *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Rawat Bedah Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan*.
- Smit, J.C. (2005). *Relaxtion Meditasion and Mindfulness: A Mental Heattth Practitiooner's Gluide to New and Tradisional Approaches*. Mew York Canada: Mosby Elsevier.

- Soenarta, A.A, et.al (2015). Pedoman Tatalaksana hipertensi pada Penyakit Kardiovaskuler. Himpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler. Edisi Pertama.
- Solehati. T. (2010). *Pengaruh Tehnik Benson Relaksasi Terhadap Kecemasan Post Sectio Sesaria*. Departemen Keperawatan Medikal Bedah Universitas Padjajaran.
- Sukirmin & Hinawan, R. (2015). *Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Daerah Kudus*; Jurnal Volume 6 No. 3. Kudus.
- Sunaryo, T. (2014). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Kiri Pada Pasien Acute Myocardial Infarc*. Surakarta: Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Keperawatan.
- Susilo, W. H. (2014). *Riset Kuaalitatif & Aplikasi Penelitian Ilmu Keperawatan*. jakarta: Trans Info Media.
- Townsend, M. C. (2011). *Buku saku, Diagnosa Keperawatan Psikiatri (rencana asuhan dan medikasi psikotropik)*. Jakarta: EGC.
- Videbeck, S.L (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta:EGC.
- Viligijs, M. (2015). *Gambaran tingkat kecemasan pasien pre operasi*. Surabaya.
- Yuslana, A. (2015). *Efektivitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu post partum sectio seesaria..* Universitas Riau: JOM Vol 2 No 2.