BAB V
PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus asuhan keperawatan pada ibu postparum dengan masalah kecemasan menggunakan terapi totok wajah dan musik klasik di Puskesmas Cipayung, dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Pada tahap Pengkajian, ditemukan adanya kesesuaian antara teori dan kasus yang diamati. Kedua subjek merupakan ibu *postpartum* yang mengalami masalah kecemasan dengan tanda dan gejala berupa rasa khawatir berlebih terhadap kondisi bayi, sulit tidur, gelisah, dan merasa cemas dalam menjalankan peran sebagai ibu. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS) sehingga diperoleh data awal yang menjadi dasar dalam penyusunan asuhan keperawatan.
b. Diagnosa Keperawatan yang muncul secara teori terdapat tiga diagnosa keperawatan pada ibu *postpartum* yaitu Ansietas (D.0080), Defisit Pengetahuan (D.0111), Keletihan (D.0057). Sedangkan diagnosa yang muncul dalam kasus Ny. M dan Ny. R yaitu ansietas berhubungan dengan krisis situasional *postpartum*.
c. Intervensi Keperawatan difokuskan pada pemberian terapi komplementer totok wajah dan terapi musik klasik untuk mengatasi kecemasan ibu *postpartum*. Intervensi dilakukan melalui observasi, terapeutik, dan edukasi pada kedua subjek dengan rencana tindakan yang disusun melalui Observasi: monitor respons terhadap terapi relaksasi dan monitor indikator kecemasan *postpartum* menggunakan instrumen *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS). Terapeutik: gunakan metode teknik relaksasi komplementer menggunakan kombinasi totok wajah dan musik klasik mozart, menciptakan lingkungan yang tenang, nyaman, dan bebas dari gangguan selama pemberian terapi untuk menurunkan kecemasan.

Edukasi: anjurkan rileks serta merasakan sensasi relaksasi selama terapi berlangsung.

d. Implementasi Keperawatan yang dilakukan selama enam hari sesuai dengan rencana tindakan yang telah disusun oleh peneliti. Terapi yang diberikan sesuai dengan prosedur operasional. Proses implementasi yang dilakukan sesuai dengan rencana yang dibuat yaitu monitor respons terhadap terapi relaksasi dan monitor indikator kecemasan *postpartum* menggunakan instrumen *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS), gunakan metode teknik relaksasi komplementer menggunakan kombinasi totok wajah dan musik klasik mozart, menciptakan lingkungan yang tenang, nyaman, dan bebas dari gangguan selama pemberian terapi untuk menurunkan kecemasan, serta anjurkan rileks serta merasakan sensasi relaksasi selama terapi berlangsung.
e. Evaluasi Keperawatan menunjukkan adanya perbaikan kondisi pada kedua subjek setelah enam hari intervensi, ibu tampak lebih rileks,lebih tenang, kualitas tidur membaik, rasa khawatir berlebihan berkurang. Hasil pengukuran menggunakan kuisioner *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS) menunjukkan penurunan skor pada kedua subjek yaitu, subjek 1 dari skor 22 menjadi 7, sedangkan subjek 2 dari skor 22 menjadi 11, sehingga masalah kecemasan mengalami penurunan.
f. Penerapan Terapi Totok Wajah Dan Musik Klasik terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu *postpartum*. Kombinasi kedua terapi memberikan efek relaksasi yang ditandai dengan meningkatnya rasa nyaman, ketenangan, berkurangnya kecemasan, sehingga terjadi penurunan skor *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS) pada kedua subjek.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi Puskesmas Cipayung dalam mengembangkan pelayanan keperawatan maternitas,

khususnya pada penanganan ibu *postpartum* yang mengalami masalah kecemasan. Kombinasi terapi totok wajah dan musik klasik mozart terbukti membantu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu *postpartum* sehingga diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu terapi komplementer yang diterapkan dalam pelayanan keperawatan. Selain itu, tenanga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi pada ibu *postpartum* sebagai upaya meningkatkan kenyamanan dan mempercepat proses adaptasi setelah persalinan.

5.2.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan maternitas mengenai penerapan terapi komplementer berupa terapi totok wajah dan musik klasik sebagai terapi nonfarmakologis untuk mengatasi kecemasan pada ibu *postpartum*. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan maupun institusi pendidikan dalam mengembangkan praktik keperawatan berdasarkan *Evidence Based Nursing Practice* (EBNP) serta memperkaya literatur mengenai terapi komplementer yang aman, mudah diterapkan, dan efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu *postpartum*.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih banyak, waktu intervensi yang lebih lama. Hal ini bertujuan agar hasil penelitian menjadi lebih optimal dan memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik. Pada penelitian ini terdapat keterbatasan jumlah subjek dan waktu, yaitu hanya dilakukan selama enam hari dengan dua subjek.