BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden: usia paling banyak 19-44 tahun sebanyak 58,8%, jenis kelamin mayoritas paling banyak laki-laki 52,9%, tingkat pendidikan paling banyak SMA sebanyak 50%, dukungan keluarga paling banyak ayah sebanyak 52,9%, jenis pembayaran paling banyak BPJS 76,5%, jenis penyakit paling banyak kronik sebanyak55,9%, kategori *triage* paling banyak ESI 3 atau *triage* kuning sebanyak 55,9%, waktu tunggu *triage* paling banyak cepat < 2 menit sebanyak 67,6%.
2. Tingkat kecemasan pasien IGD sebelum menerima terapi relaksasi *Benson* paling banyak adalah kecemasan sedang sebanyak 47,1%.
3. Tingkat kecemasan pasien IGD setelah menerima terapi relaksasi *Benson* paling banyak kecemasan ringan sebanyak 52,9%.
4. Terdapat pengaruh terapi relaksasi *Benson* terhadap tingkat kecemasan pasien IGD dengan p value = 0,001.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dapat memberikan perawatan berbasis bukti bahwa pemberian terapi non farmakologi yaitu terapi

relaksasi *Benson* yang dapat menurunkan tingkat kecemasan dan mengurangi rasa takut pada pasien di IGD.

C. Saran

1. Bagi Pasien

Pasien diharapkan mampu meningkatkan pemahaman tentang kondisi fisik dan efeknya terhadap kondisi psikis, serta menambah wawasan tentang alternatif terapi relaksasi *Benson* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien di IGD.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Peneliti menyarankan kepada profesi keperawatan agar menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam mengurangi kecemasan pada pasien di IGD.

3. Bagi Rumah Sakit

Dengan adanya penelitian ini dapat membantu rumah sakit tidak hanya dalam meningkatkan kualitas pelayanan, tetapi juga meningkatkan kompetensi bagi tenaga kesehatan.

4. Bagi Peneliti

Memperbanyak membaca dan mencari referensi atau jurnal lain yang lebih lengkap.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti terapi nonfarmakologi lainnya yang dapat mengurangi kecemasan pada

pasien di ruang IGD