BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang penulis paparkan mengenai “Implementasi Terapi Senam *Aerobic Low Impact* Pada Pasien Gangguan Jiwa Resiko Perilaku Kekerasan” maka penulis kemukakan kesimpulan berdasarkan pengalaman selama melakukan implementasi terhadap pasien Tn. M dan Tn. F. Didapatkan data pengkajian pasien Tn. M dan Tn. F berupa perilaku marah dalam bentuk verbal yang ditunjukkan seperti marah-marah, berkata kasar, nada tinggi atau suara keras. Sedangkan dalam bentuk non verbal berupa mata melotot dan merusak barang. Hasil dari data yang didapat oleh pasien Tn. M dan Tn. F, penulis melakukan respon terhadap tanda dan gejala pasien yaitu, dengan cara mengontrol marah secara fisik (relaksasi nafas dalam dan beraktifitas atau olahraga), verbal (meminta, menolak dan mengungkapkan dengan baik), spiritual (beribadah), dan penggunaan obat.

Berdasarkan hasil setelah dilakukan senam *Aerobic Low Impact* pada pasien resiko perilaku kekerasan dapat membantu pasien mengalami penurunan tanda dan gejala resiko perilaku kekerasan. Tindakan yang dilakukan selama 3 kali dalam seminggu pada pasien Tn. M dan Tn. F mampu melaksanakan senam *Aerobic Low Impact* dengan baik, mampu mengikuti gerakan dari awal sampai akhir, mampu menyalurkan emosi dengan cara melakukan senam *Aerobic Low Impact*, dan pasien mampu mendemonstrasikan cara mengontrol cara marah.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas penulis dapat memberikan beberapa saran yaitu :

1. Bagi Perawat

- a. Meningkatkan kemampuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah keperawatan.
- b. Memotivasi pasien untuk melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki pasien. Perlu menyampaikan dengan informasi tentang masalah keperawatan dengan resiko perilaku kekerasan sebab masalah tersebut sangat penting untuk memandirikan pasien.

2. Bagi Rumah Sakit

Rsj Dr. Amino Gondohutomo Jawa Tengah diharapkan menyusun SOP tentang senam *Aerobic Low Impact* karena memiliki banyak manfaat salah satunya adanya menurunkan tanda dan gejala pada pasien resiko perilaku kekerasan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah referensi Karya Tulis Ilmiah tentang masalah keperawatan khususnya masalah keperawatan resiko perilaku kekerasan.

4. Bagi Pasien

Pasien diharapkan tetap teratur dalam mengikuti program pengobatan, tetap melakukan kegiatan yang telah disusun bersama. Pasien diharapkan dapat meningkatkan interaksi dengan orang lain serta kooperatif terhadap tenaga Kesehatan.