

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian **Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang Tahun 2023**”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rerata tingkat kecemasan pada narapidana sebelum diberikan terapi hipnotis 5 jari yaitu 2,66 (57%) dikategorikan dengan kecemasan berat pada narapidana di lembaga pemasyarakatan perempuan Kelas II B Padang tahun 2024.
2. Rerata tingkat kecemasan pada narapidana sesudah diberikan terapi hipnotis 5 jari yaitu 1,80 (28%) dikategorikan dengan kecemasan ringan pada narapidana di lembaga pemasyarakatan perempuan Kelas II B Padang tahun 2024.
3. Ada pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap tingkat kecemasan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) pada narapidana di lembaga pemasyarakatan perempuan Kelas II B Padang tahun 2024.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang di dapatkan dari hasil penelitian maka peneliti menyarankan kepada :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil peneliti ini dapat menjadi bahan sebagai data awal dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel dependen dan desain yang berbeda tentang tingkat kecemasan.

2. Bagi STIKes Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan di perpustakaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa keperawatan dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang terapi hipnotis 5 jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana.

3. Bagi Petugas Lapas

Diharapkan kepada perawat di lapas khusus nya pada pelayan poli klinik lapas untuk melaksanakan terapi hipnotis 5 jari selama 5-10 menit yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan membuat rileks pada narapidana yang mengalami tingkat kecemasan sesuai dengan buku panduan yang telah diberikan.

