

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pemberian *swedish massage* terhadap kecemasan pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang 2024:

1. Didapatkan nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan *swedish massage* nilai mean 15.31 dengan standar deviasi 4.222
2. Didapatkan nilai rata-rata tingkat kecemasan sesudah diberikan *swedish massage* nilai mean 11.00 dengan standar deviasi 3.502
3. Terdapat pengaruh pemberian *swedish massage* terhadap kecemasan pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang 2024.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian maka penulis menyarankan kepada :

1. Bagi Puskesmas Andalas Kota Padang

Diharapkan pada perawat dan petugas kesehatan yang ada di Puskesmas Andalas dapat melakukan sosialisasi dan penerapan pemberian *swedish massage* pada lansia yang berada di wilayah kerja puskesmas Andalas

2. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi lansia dan keluarga sebagai masukan dan menambahkan wawasan dan ilmu pengetahuan tentang pemberian *swedish massage* terhadap penurunan kecemasan.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan dalam pemberian *swedish massage* dalam menurunkan kecemasan pada lansia

