

BAB VI

KESIMPULAN & SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi hipnotis 5 jari sebagian responden (50,0%) berada pada kategori kecemasan sedang.
2. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden pada kelompok intervensi sesudah diberikan terapi hipnotis 5 jari sebagian besar responden (93,8%) berada pada kategori kecemasan ringan.
3. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden pada kelompok kontrol disaat *pretest* lebih dari sebagian responden (56,3%) berada pada kategori kecemasan sedang.
4. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden kelompok kontrol disaat *posttest* sebagian besar responden (68,8%) berada pada kategori kecemasan sedang.

5. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan responden pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnotis 5 jari dengan nilai *P-Value*= 0,0001 ($p<0,05$).
6. Tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan responden pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dengan nilai *P-Value*=0,157 ($p>0,05$).
7. Ada pengaruh pemberian terapi hipnotis 5 jari terhadap tingkat kecemasan responden pada kelompok intervensi dengan nilai *P-Value*=0,0001 ($p<0,05$).

B. Saran

1. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi profesi keperawatan khususnya yang bekerja di Puskesmas Andalas agar profesi keperawatan dapat memberikan edukasi sebelum dan sesudah menjalani tindakan terapi hipnotis 5 jari yang dapat menjaga psikologis yang dialami oleh lansia yang menderita hipertensi.

2. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan mampu menambah point masukan untuk studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang khususnya yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi ilmiah tentang pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembanding untuk penelitian selanjutnya terkait dengan terapi hipnotis 5 jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas.

