BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi *hipnosis lima jari* pada Ny. Y.O dan Ny. T.N sebagian besar kecemasan sedang.
2. Tingkat kecemasan Ny. Y.O dan Ny. T.N setelah diberikan terapi *hipnosis lima jari* sudah berkurang.
3. Ada pengaruh terapi *hipnosis lima jari* terhadap tingkat kecemasan pada Ny. Y.O dan Ny. T.N di Panti Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang.

5.2 Saran

1. Bagi Institusi
Peneliti mengharapkan dapat dijadikan sebagai referensi baru dalam memberikan informasi mengenai pengaruh terapi *hipnosis lima jari* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi.
2. Bagi Responden
Peneliti mengharapkan terapi *hipnosis lima jari* bisa digunakan sebagai terapi non farmakologis jika mengalami kecemasan dan hipertensi.
3. Bagi Panti Werdha
Terapi *hipnosis lima jari* merupakan salah satu terapi baru yang bisa diterapkan kepada orang yang mengalami kecemasan.
4. Tenaga Pelayanan Kesehatan
Memberikan informasi kesehatan mengenai penanganan, tentang permasalahan yang berkaitan dengan kecemasan yaitu terapi *hipnosis lima jari*.
5. Untuk Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan untuk dapat melihat kekurangan dalam penelitian ini, sehingga hasil yang diperoleh pada penelitian selanjutnya mendapatkan hasil yang sesuai dan akan lebih baik lagi, dan bisa melakukan proses pengambilan data dengan kondisi waktu, tempat dan keadaan yang tepat, agar dapat memberi referensi-referensi yang akan peneliti lakukan.