

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dalam penelitian yang dilakukan kepada 18 responden dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden dari jumlah 18 responden berdasarkan usia yaitu paling banyak adalah 38 tahun, jenis kelamin responden paling banyak laki-laki dan pendidikan responden paling banyak yaitu SMA
2. Sebelum diberikan hipnotis 5 jari, sebanyak total 18 responden, 13 responden yang mengalami cemas sedang. Dan 5 responden dengan tingkat cemas ringan, pendidikan dari jumlah 18 responden paling banyak yaitu SMA
3. Setelah diberikan terapi hipnotis lima jari diketahui bahwa dari total 18 responden, sebanyak 14 responden Cemas ringan dan 4 responden responden mengalami cemas sedang.
4. Rata-rata sebelum diberikan hipnotis 5 jari yaitu 4.03 dan rata-rata setelah diberikan hipnotis 5 jari yaitu 2.03
5. Terdapat pengaruh antara penurunan tingkat cemas dengan terapi hipnotis lima jari dengan hasil *p value* 0.00.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Penderita TB Paru dan Masyarakat**

Sebagai informasi dan motivasi kepada mereka untuk memilih dan menerapkan terapi hipnotis lima jari dalam mengurangi cemas.

### **2. Bagi Instansi Pendidikan**

Sebagai informasi dan pengetahuan tambahan kepada akademisi tentang manfaat terapi hipnotis lima jari dalam mengurangi cemas.

### **3. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Sebagai upaya untuk meningkatkan mutu pelayanan dan meningkatkan kemampuan dalam bidang keperawatan terutama pada pengkajian diharapkan lebih mendalami terhadap kemungkinan munculnya kecemasan pada penderita TB paru.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam merealisasi teori yang telah di dapat khususnya mengenai terapi hipnotis lima jari dalam mengurangi cemas serta dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk penelitian lebih lanjut.