

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil literatur review mengenai pengaruh terapi relaksasi hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien diabetes mellitus disimpulkan sebagai berikut :

1. Dari 3 hasil penelitian yang di telaah, ditemukan bahwa pemberian terapi hipnosis lima jari berpengaruh secara signifikan dalam mengurangi ansietas pada penderita diabetes mellitus.
2. Terapi relaksasi hipnotis lima jari dapat direkomendasikan untuk diterapkan sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan mutu pelayanan keperawatan dalam menangani klien diabetes mellitus dengan kecemasan.
3. Pemberian asuhan keperawatan ansietas melalui intervensi terapi relaksasi hipnotis lima jari kepada Ny. N berpengaruh secara signifikan dalam mengurangi tanda dan gejala seperti perasaan cemas, khawatir, takut, gelisah, tegang dan sulit tidur di malam hari. Hasil yang didapat, klien merasa tenang, nyaman dan lebih bersemangat. Didapatkan penurunan skor kecemasan pada klien (*pretest*) dengan skor 27 cemas sedang dan (*posttest*) setelah diberikan intervensi terapi relaksasi hipnotis lima jari klien mengalami ansietas tingkat ringan dengan skor 18.

B. Saran

1. Bagi Perkembangan Ilmu keperawatan

Dengan adanya karya ilmiah akhir literatur review ini, bisa memberikan tambahan informasi ilmu keperawatan mengenai adanya pengaruh terapi relaksasi hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien diabetes mellitus.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan dan Kesehatan

Diharapkan dengan adanya karya ilmiah akhir literatur review ini bisa disajikan sebagai sumber data dan informasi dalam penelitian yang sama bagi mahasiswa keperawatan dan intervensi terapi relaksasi hipnosis lima jari bisa dijadikan salah satu alternatif intervensi yang digunakan di pelayanan kesehatan karena terbukti efektif memberikan efek pada penurunan ansietas yang dialami pasien diabetes mellitus.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dengan adanya karya ilmiah akhir literatur review ini ada penelitian lanjutan yang dilakukan langsung oleh peneliti selanjutnya dengan mengadopsi metode dan materi yang sesuai dan tepat yang bisa digunakan di Indonesia dari jurnal yang telah direview.