

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan yang di dapat dari penelitian “Pengaruh Efektifias *Hypno EFT* (*Emotional Freedom Technique*) Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien *Pre* Operasi Di Ruang Rawat Inap *Tzu Chi Hospital*” yang dilakukan untuk mengidentifikasidan dan menganalisis tingkat kecemasan pasien *Pre* Operasi sebelum dan setelah diberikan dan Tanpa diberikan *Hypno Emotional Freedom Technique* di Ruang Rawat Inap *Tzu Chi Hospital* ini adalah :

- 5.1.1 Jumlah responden sebanyak 60 orang, terdiri dari 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol, dengan karakteristik yang relatif seimbang pada kedua kelompok, terutama pada usia dewasa, jenis kelamin perempuan, dan tingkat pendidikan sarjana.
- 5.1.2 Pada kelompok intervensi, sebelum diberikan *Hypno Emotional Freedom Technique* sebagian besar responden mengalami kecemasan berat hingga panik (83,3%), sedangkan setelah intervensi tingkat kecemasan menurun menjadi cemas ringan (70%) dan tidak cemas (30%). Pada kelompok kontrol, tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pengukuran tidak menunjukkan perubahan yang bermakna.
- 5.1.3 Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan setelah diberikan *Hypno Emotional Freedom Technique* dengan hasil uji statistik $p = 0,000$ ($p < 0,05$).
- 5.1.4 Pada kelompok yang tidak diberikan *Hypno Emotional Freedom Technique*, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pengukuran ($p > 0,05$).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Perawat

Diharapkan perawat dapat menerapkan *Hypno EFT* sebagai salah satu intervensi mandiri dalam praktik keperawatan *pre* operasi untuk membantu menurunkan kecemasan pasien tanpa menimbulkan efek samping.

5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit dapat mempertimbangkan untuk memasukkan *Hypno EFT* ke dalam standar operasional prosedur (SOP) pelayanan *pre* operasi sebagai terapi komplementer, serta memberikan pelatihan kepada tenaga kesehatan agar mampu melakukan intervensi ini secara efektif.

5.2.3 Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan lebih terbuka terhadap terapi komplementer seperti *Hypno EFT* sebagai upaya mengurangi kecemasan, serta mendukung tercapainya kondisi psikologis yang lebih stabil menjelang operasi.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, pada lokasi dan jenis operasi yang lebih bervariasi, serta menambahkan pengukuran fisiologis (misalnya tekanan darah, denyut jantung, atau kadar kortisol) agar hasil penelitian lebih komprehensif.