

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat stres pasien diabetes melitus sebelum diberikan *self-hypnosis therapy with positive self-talk* di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023 berada pada tingkat stres sedang sebanyak 18 orang (60,0%), stres ringan sebanyak 9 orang (30,0%) dan stres berat sebanyak 3 orang (10,0%).
2. Tingkat stres pasien diabetes melitus sesudah diberikan *self-hypnosis therapy with positive self-talk* di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023 berada pada tingkat stres ringan sebanyak 17 orang (56,7%), stres sedang sebanyak 13 orang (43,3%).
3. Tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus dengan $p = 0,831$
4. Tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus dengan $p = 0,523$
5. Tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus dengan $p = 0,773$
6. Tidak ada hubungan antara jenis pekerjaan dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus dengan $p = 0,687$
7. Ada pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023 dengan $p = 0,000$.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti menyarankan yaitu :

1. Manajemen Puskesmas II Denpasar Barat

Disarankan kepada manajemen Puskesmas II Denpasar Barat untuk mempertimbangkan menggunakan *self-hypnosis therapy with positive self-talk* mengingat bahwa penelitian ini ada pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan :

- a. Sampel penelitian yang digunakan lebih besar sehingga memungkinkan data berdistribusi normal agar dalam menganalisis data dapat menggunakan analisis data yang lebih kuat.
- b. Penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol agar dapat mengontrol tingkat stres pada pasien diabetes melitus antara yang diberikan perlakuan dengan yang tidak diberikan perlakuan