

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan tentang pengaruh terapi afirmasi positif terhadap penurunan stres pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023 dengan total subyek responden sebanyak 37 orang, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian sebelum diberi terapi afirmasi positif berada dalam katagori paling banyak yang mengami stres berat 28 orang (75.7%). Sesudah di beri terapi afirmasi positif berada dalam katagori stres ringan sebanyak 8 orang (21.6%) dan stres sedang sebanyak 29 orang (78.4%).
2. Hasil penelitian sesudah di beri terapi afirmasi positif berada dalam katagori stres ringan sebanyak 8 orang (21.6%) dan stres sedang sebanyak 29 orang (78.4%).
3. Ada pengaruh pemberian intervensi terapi afirmasi positif terhadap penurunan stres pada subyek responden penelitian di penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023 dengan hasil *p-value* 0.000.

B. Saran

Berdasarkan penelitian di atas, adapun saran yang dapat diberikan untuk peneliti selanjutnya adalah :

1. Bagi manajemen Puskesmas II Denpasar Barat penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai *alternatife* dalam melengkapi tindakan keperawatan yang sudah dilakukan sebelumnya serta dapat diterapkan sebagai pengobatan secara non farmakologi melalui intervensi terapi afirmasi positif untuk membantu menurunkan tingkat stres pada pasien
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan rancangan penelitian *one-group pre-posttest design* ini dengan menggunakan kelompok kontrol sehingga dapat perbandingan tingkat stres pada subyek penelitian yang tidak diberikan perlakuan.