

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat diuraikan simpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan antara usia dengan tingkat stres dimana hasil analisis menunjukkan  $p=0,013$ .
2. Terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat stres dimana hasil analisis menunjukkan  $p=0,010$
3. Terdapat hubungan antara pekerjaan dengan tingkat stres dimana hasil analisis menunjukkan  $p=0,002$
4. Terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat stres dimana hasil analisis menunjukkan  $p=0,027$
5. Tingkat stres pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan terapi Eye Movement Desensitization and Reprocessing sebagian besar dalam kategori stres sedang yaitu sebanyak 12 orang (70,6 %).
6. Tingkat stres pada pasien diabetes melitus setelah diberikan terapi Eye Movement Desensitization and Reprocessing sebagian besar dalam kategori stres sedang yaitu sebanyak 12 orang (70,6 %) dan tidak ada pasien dengan stres berat
7. Ada pengaruh yang signifikan  $p = 0,002$  ( $p < 0,050$ ) terapi *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* terhadap stres pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Tegallalang 2 Tahun 2019, bahwa terapi *Eye Movement*

*Desensitization and Reprocessing* dapat menurunkan tingkat stres pada pasien diabetes melitus.

## **B. Saran**

Berdasarkan simpulan diatas maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut.

### **1. Manajemen Puskesmas Tegallalang 2**

Disarankan bagi manajemen Puskesmas Tegallalang 2 diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif untuk menangani masalah pasien diabetes melitus, khususnya untuk menurunkan tingkat stres yang mungkin dialami pasien.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Saran yang diberikan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dalam penelitian selanjutnya :

- a. Dalam penelitian berikutnya diharapkan dapat menggunakan teknik *simple random sampling* dalam mengambil sampel.
- b. Dalam penelitian berikutnya diharapkan memperbanyak jumlah sampel.
- c. Dalam penelitian berikutnya diharapkan untuk membangun kedekatan yang lebih baik dengan subyek penelitian agar hasil penelitian yang didapatkan lebih baik.