

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan tentang pengaruh meditasi cinta kasih terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara Tahun 2022 dengan total subjek penelitian 24 orang. Dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian tingkat kecemasan pada subjek penelitian sebelum diberikan meditasi cinta kasih berada dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 19 orang (79,2%), kecemasan sedang sebanyak 5 orang (20,8%)
2. Hasil penelitian tingkat kecemasan pada subjek penelitian sesudah diberikan meditasi cinta kasih berada pada kategori tidak cemas/ normal sebanyak 8 orang (33,3%) dan kecemasan ringan sebanyak 16 orang (66,7%)
3. Hasil penelitian tidak didapatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan usia subjek penelitian dengan nilai $p = 0.831 > 0.05$.
4. Hasil penelitian tidak didapatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan jenis kelamin subjek penelitian dengan nilai $p = 0.371 > 0.05$
5. Hasil penelitian didapatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan lama menderita penyakit subjek penelitian dengan nilai $p = 0.048 < 0.05$

6. Penelitian ini didapatkan ada pengaruh pemberian meditasi cintakasih terhadap tingkat kecemasan pada subjek penelitian diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara tahun 2022 dengan hasil p pada kolom *sig. (2 tailed)* $0,000 < 0,05$

B. Saran

Berdasarkan pada penelitian diatas, adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti untuk bahan pertimbangan selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Managemen Puskesmas II Denpasar Utara

Diharapkan bagi managemen Puskesmas II Denpasar Utara agar hasil penelitian ini dapat berguna untuk alternative dalam melengkapi tindakan keperawatan yang sudah dilakukan sebelumnya serta dapat diterapkan sebagai pengobatan non farmakologis melalui meditasi cinta kasih untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang diberikan untuk peneliti selanjutnya diharapkan:

- a. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan meditasi cinta kasih ini untuk mengurangi gangguan cemas pada pasien lainnya seperti pasien hipertensi