

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Teknik Relaksasi Afirmasi Terhadap Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi Laparatomi Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2024, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek sebelum diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah 9.21. Dan rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek setelah diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah 8.98.
2. Rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi (kelompok perlakuan) di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek sebelum diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah 10.19.
3. Rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi (kelompok kontrol) di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek sebelum kelompok perlakuan diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah rata-rata 10.24.
4. Rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi (kelompok perlakuan) di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek setelah diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah 7.19.
5. Rata-rata tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi (kelompok kontrol) di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek setelah kelompok perlakuan diberikan teknik relaksasi afirmasi adalah 12.24.
6. Hasil uji beda *independent sample t-test* dan uji regresi linier sederhana didapatkan hasil *p-value*  $0.000 < 0.05$ . Maka,  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara tingkat ansietas pada dua kelompok dan ada pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap tingkat ansietas pasien pre operasi laparatomi.

**B. Saran**

## 1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sebuah pengamalan ilmu dan membantu dalam meningkatkan mutu pendidikan.

## 2. Bagi RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Diharapkan pada pihak RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung dapat menjadikan teknik relaksasi afirmasi sebagai salah satu intervensi keperawatan terapi non-farmakologi untuk meredakan ansietas atau kecemasan khususnya pada pasien pre operasi dalam pemberian asuhan keperawatan.

## 3. Bagi Tenaga Kesehatan di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Bagi tenaga kesehatan khususnya perawat yang bertugas di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi informasi sehingga dalam pemberian intervensi keperawatan pada pasien pre operasi dapat meredakan ansietas atau kecemasan dengan menggunakan terapi relaksasi afirmasi sebagai terapi non-farmakologi.