

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh edukasi video instruksional tentang terapi *Healthy Mind of Personal Emotional Freedom Technique* (HOPE) terhadap pengelolaan stres pasien stroke di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2025, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, status perkawinan, lama menderita stroke mempengaruhi stres pada pasien stroke iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Lampung Tahun 2025
2. Rata-rata tingkat stres sebelum diberikan edukasi menggunakan media video instruksional terapi HOPE sebagian besar termasuk dalam kategori stres sedang sebanyak 36 responden (92,3%) dan terdapat beberapa responden yang mengalami stres berat sebanyak 2 orang (5,1%) serta stres ringan sebanyak 1 orang (2,6%).
3. Setelah diberikan edukasi menggunakan media video instruksional terapi HOPE, sebagian besar pasien mengalami penurunan tingkat stres menjadi kategori stres ringan sebanyak 36 responden (92,3%), sementara yang mengalami stres sedang dan berat mengalami penurunan yang signifikan.
4. Ada pengaruh yang signifikan dari terapi HOPE terhadap penurunan tingkat stres pasien stroke di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2025. Hasil uji Wilcoxon *Signed Ranks Test* menunjukkan p-value sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), yang menunjukkan bahwa edukasi melalui media video efektif dalam mengurangi stres pasien.

B. Saran

1. Bagi RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Rumah sakit disarankan untuk menggunakan media video edukasi terapi HOPE sebagai salah satu upaya meningkatkan pemahaman dan kepatuhan pasien dalam menerapkan teknik ini secara mandiri untuk pengelolaan stres dan emosi, sehingga dapat mendukung proses penyembuhan yang optimal.
2. Bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat dan petugas medis di ruang rehabilitasi dan rawat inap diharapkan untuk lebih aktif menggunakan media video sebagai alat edukasi dalam memberikan penjelasan tentang terapi HOPE kepada pasien, sehingga meningkatkan efektivitas edukasi dan memotivasi pasien untuk melakukan terapi secara rutin.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya disarankan untuk mengembangkan materi video edukasi yang lebih menarik dan interaktif serta menambahkan penjelasan yang lebih rinci mengenai metode terapi HOPE dan dampak stres terhadap kesehatan fisik dan psikologis, agar semakin efektif dalam meningkatkan tingkat kepatuhan dan perawatan diri pasien. Dapat menggunakan terapi ini juga di pasien lainnya tidak hanya stroke.
4. Bagi institusi pendidikan program studi keperawatan dan kesehatan Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan ajar terkait promosi kesehatan dan terapi nonfarmakologis, serta mendorong mahasiswa untuk mengembangkan media edukatif berbasis teknologi yang inovatif dan mudah dipahami guna meningkatkan keberhasilan edukasi kepada pasien.