

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh terapi *spiritual emotional freedom tehniqe* terhadap tingkat stres pada lanjut usia di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata tingkat stress pada lanjut usia sebelum dilakukan terapi *spiritual emotional freedom tehniqe* yaitu 25,3.
2. Rata-rata tingkat stress pada lanjut usia sesudah dilakukan terapi *spiritual emotional freedom tehniqe* yaitu 18,4.
3. Ada pengaruh terapi *spiritual emotional freedom tehniqe* terhadap tingkat stress pada lanjut usia yang tinggal di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang dengan  $p\text{-value}= 0.000$ .

#### B. Saran

##### 1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini disarankan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan masalah yang sama dengan variabel yang berbeda.

##### 2. Bagi Puskesmas Lubuk Buaya

Hasil penelitian ini disarankan dapat dijadikan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Lubuk Buaya dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai penatalaksanaan stress pada lansia.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini disarankan dapat dijadikan sebagai bahan tambahan informasi dan sebagai tambahan referensi perpustakaan.

