

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengkajian, analisa data dan implementasi penerapan *evidence based nursing* berupa terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) pada perawat menunjukkan bahwa terapi SEFT terbukti dapat menurunkan skor tingkat stres perawat. Perawat yang memiliki tingkat stres tinggi sebelum diberikan terapi SEFT terdapat sebanyak 3 orang. Setelah diberikan terapi SEFT, jumlah perawat yang memiliki tingkat stres yang kuat berkurang menjadi 1 orang dan 2 orang perawat lainnya memiliki tingkat stres yang ringan. Hal tersebut membuktikan bahwa terapi SEFT dapat mengatasi stres kerja pada perawat.

VI.2 Saran

a. Aplikatif

Penerapan terapi SEFT ini disarankan agar menjadi salah satu terapi yang digunakan oleh perawat dalam mengatasi stres kerja

b. Keilmuan

Hasil studi kasus ini disarankan dijadikan sebagai salah satu sumber keilmuan terutama terkait dengan terapi SEFT dan stres kerja pada perawat.

c. Pengembangan Penelitian

Hasil studi kasus ini disarankan menjadi salah satu pertimbangan untuk pengembangan penelitian terutama dalam bidang terapi SEFT dan menurunkan stres kerja.