

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengkajian, analisa data dan implementasi penerapan evidence based nursing berupa terapi self healing dengan teknik afirmasi pada perawat menunjukkan bahwa terapi tersebut terbukti dapat menurunkan skor tingkat stress perawat. Perawat yang memiliki tingkat stress tinggi sebelum diberikan terapi tersebut terdapat 2 orang dan perawat dengan tingkat stress sedang terdapat 4 orang. Dan setelah diberikan terapi dengan teknik afirmasi, jumlah perawat yang memiliki tingkat stress tinggi berkurang menjadi tidak ada dan 1 orang perawat memiliki tingkat stress sedang. Selain itu, jumlah perawat yang memiliki tingkat stress rendah bertambah menjadi 5 perawat dari 6 perawat yang diberikan intervensi

#### **V.2 Saran**

a. Aplikatif

Penerapan terapi dengan teknik afirmasi ini disarankan agar menjadi salah satu terapi yang dapat digunakan dan diterapkan setiap hari oleh semua perawat di masing-masing pos dalam mengatasi stress kerja yang terjadi. Sehingga, angka stress kerja perawat tidak dalam keadaan tinggi karena hal tersebut akan berpengaruh pada manajemen perawat, pola kerja, kualitas kerja dan kuantitas kerja perawat.

b. Keilmuan

Hasil studi kasus ini disarankan dijadikan sebagai salah satu sumber keilmuan terutama terkait dengan terapi self healing dengan teknik afirmasi dan stress kerja pada perawat di rumah sakit maupun perawat ambulance.

c. Pengembangan Penelitian

Hasil studi kasus ini disarankan menjadi salah satu pertimbangan untuk pengembangan penelitian terutama dalam bidang manajemen keperawatan yang mencakup penatalaksanaan stress kerja pada perawat dan dalam bidang terapi dengan teknik afirmasi