

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan keseluruhan proses penerapan *Evidence Based Nursing* yaitu penerapan *Emotional Freedom Technique* (EFT) dari pengkajian, analisa data dan implementasi pada perawat jiwa menunjukkan bahwa terapi EFT dapat menurunkan stres perawat. Dimana 1 perawat mengalami level stres maladaptif dan 2 lainnya berada pada level kemungkinan tingkat stres maladaptif ringan. Dan setelah dilaksanakan intervensi EFT selama 3 hari dimana 1 hari 1 sesi dengan durasi  $\pm 15$  menit terdapat penurunan skor stres, ditemukan hasil seluruh perawat berada pada kemungkinan tingkat stres maladaptif ringan. Hal ini membuktikan bahwa penerapan EFT dapat menurunkan stres kerja pada perawat.

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

a. Aplikatif

Penerapan intervensi EFT dapat menjadi terapi yang digunakan untuk mengurangi bahkan mengatasi stres pada perawat.

b. Keilmuan

Hasil studi kasus ini disarankan dapat menjadi sumber ilmu mengenai stres kerja pada perawat dan cara mengatasi dengan EFT

c. Pengembang penelitian

Hasil studi kasus ini disarankan dapat dikembangkan menjadi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan stres kerja dan intervensi EFT.