BAB VII
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berlandaskan hasil pembahasan dapat ditarik kesimpulan:

1. Profil responden menunjukkan bahwa rata-rata usia peserta dalam kelompok intervensi adalah 57,05 tahun, sedangkan kelompok kontrol memiliki rata-rata usia 57,23 tahun. Sebagian besar responden di kedua kelompok berjenis kelamin laki-laki, dengan persentase 64% pada kelompok intervensi dan 59% pada kelompok kontrol. Sementara itu, hanya 36% dari kelompok intervensi dan 31% dari kelompok kontrol yang [illegible]ofesi sebagai petani. Selain itu, mayoritas responden telah mengalami peny[illegible]kit [illegible]elar a[illegible] i[illegible]gga [illegible]ulan, yaitu 68% pada kelompok intervensi dan 73% pad[illegible] kelor[illegible]pok kontrol.
2. Sebel[illegible]endapatkan intervensi, kelompok intervensi memiliki tingkat ansietas rata-rata sebesar 11,64, yang kemudian menurun menjadi 3,05 setelah intervensi. Sementara itu, kelompok kontrol mencatatkan tingkat ansietas sebesar 11,68 sebelum intervensi, yang kemudian mengalami penurunan menjadi 4,14 setelah intervensi.
3. Ditemukan adanya perbedaan yang signifikan dalam rata-rata tingkat ansietas sebelum dan sesudah perlakuan pada kedua kelompok, baik intervensi maupun kontrol, dengan hasil p = 0,000.
4. Pemberian terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) terbukti memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat ansietas pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) yang dirawat di Ruang ICCU RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu pada tahun 2024, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai p = 0,011.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Saran

Berlandaskan temuan penelitian dan pembahasan, peneliti mengemukakan beberapa saran guna memperbaiki penelitian selanjutnya :

1. Bagi Pelayanan Kesehatan (RSUD Dr. M. Yunus)
   a. Diharapkan dapat melanjutkan tindakan pemberian terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) untuk mengatasi ansietas pada pasien CHF di Ruang ICCU RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu.
   b. Bidang Keperawatan RSUD Dr. M. Yunus Membuat Standar Operasional Prosedur (SOP) tindakan pemberian terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) untuk diterapkan di RSUD Dr. M.Yunus Kota Bengkulu.
   c. Melakukan sosialisasi cara pemberian terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) kepada petugas pelayanan kesehatan di Ruang ICCU RSUD Dr. M. Yunus.
2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

   Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam penyusunan materi pembelajaran terkait intervensi non-farmakologis untuk mengatasi ansietas pada penderita gagal jantung. Informasi ini juga dapat dimanfaatkan dalam pengajaran mahasiswa mengenai berbagai bentuk terapi komplementer yang berperan dalam menurunkan tingkat ansietas, termasuk penggunaan terapi ANBE sebagai salah satu alternatif intervensi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
   a. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terhadap faktor perancu lain yang mempengaruhi hasil penelitian antara variabel independent dan variabel dependen.
   b. Peneliti dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, minimal 30 respoden pada kelompok intervensi dan 30 responden pada kelompok kontrol, agar hasil penelitian lebih akurat dan memiliki validitas statistic yang lebih baik

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

c. Peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel agar data dapat lebih berdistribusi normal. Dengan demikian, peneliti dapat menggunakan uji parametrik yang lebih umum digunakan dalam penelitian untuk memastikan kevalidan hasil yang diperoleh.
d. Peneliti dapat memperpanjang durasi penelitian dan memperluas lokasi penelitian agar dapat menambah jumlah sampel yang memenuhi kriteria untuk ikut berpartisipasi dalam mengikuti penelitian.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu