

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Pada kecemasan sebelum diberikan intervensi *expressive art therapy* menunjukan 9 responden mengalami kecemasan ringan (10,2%), kecemasan sedang 31 responden (35,2%), kecemasan berat 47 responden (53,4%) dan kecemasan berat 1 responden (1,1).
2. Pada kecemasan sesudah diberikan intervensi *expressive art therapy* responden mengalami penurunan kecemasan dengan kategori kecemasan berat 6 responden (6,8%), kecemasan sedang 70 responden (79,5%), dan kecemasan ringan 12 responden (13,6%).
3. Pada hasil sebelum dan sesudah dilakukan intervensi didapatkan uji normalitas menggunakan *shapiro wilk* data berdistribusi normal, dan uji statistik dengan uji *paired samples t test* yaitu p value – 0,000, maka dapat disimpulkan H0 ditolak dan Ha diterima sehingga terdapat pengaruh yang signifikan dari kecemasan yang dialami peserta sebelum dan setelah diberikan *expressive art therapy*.

5.2 Saran

1. Bagi Program study Sarjana Keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi terkait Pengaruh *Expressive Art Therapy* terhadap Kecemasan Pada Remaja di SMAS Plus Guna Cipta Kabupaten Sumedang.
2. Bagi Siswa SMAS Plus Guna Cipta Kabupaten Sumedan

Dari hasil penelitian ini siswa bisa menerapkan *Expressive Art Therapy* untuk mengurangi kecemasan di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah.

3. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan