

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Tingkat kecemasan pada penderita stroke di RSUD Laswi sebelum diberikan intervensi Meditasi Mindfulness yaitu sebagian besar responden mengalami kecemasan berat.
2. Tingkat kecemasan pada penderita stroke di RSUD Laswi sesudah diberikan intervensi Meditasi Mindfulness yaitu sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan.
3. Pengaruh meditasi mindfulness terhadap tingkat kecemasan adalah signifikan dengan nilai $(p)0,000$ yang berarti $p < 0,05$, hal tersebut menunjukkan terdapat Pengaruh Meditasi Mindfulness terhadap Tingkat Kecemasan Penderita Stroke di RSUD Laswi.

6.2 Saran

1. Untuk pihak Rumah Sakit diharapkan penelitian teknik meditasi mindfulness dapat diterapkan oleh pihak Rumah Sakit untuk menambah alternatif dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah area penelitian agar tujuan penelitian dapat tercapai untuk mengetahui besarnya pengaruh meditasi mindfulness terhadap tingkat kecemasan penderita stroke, dan diperlukan penelitian lebih lanjut pada terapi nonfarmakologis lainnya.