

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Sebagian besar responden sebelum dilakukan hipnoterapi berada pada kategori tingkat kecemasan ringan.
2. Sebagian besar responden pada kelompok perlakuan berada pada kategori tidak cemas setelah dilakukan hipnoterapi.
3. Terdapat perbedaan penurunan tingkat kecemasan sesudah hipnoterapi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

B. SARAN

1. Hasil penelitian dapat dijadikan landasan penyusunan standar pelayanan terhadap wanita menopause
2. Hipnoterapi dapat dijadikan sebagai terapi tambahan dalam penanganan masalah cemas pada wanita menopause

