

## BAB VI PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang di dapatkan tentang pemberian latihan terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat depresi pada narapidana di lapas kelas IIA Padang.

1. Bahwa dapat di lihat distribusi frekuensi sebelum pemberian terapi hipnotis lima jari menunjukan jumlah depresi sebelum perlakuan separuh berada pada kategori ringan yaitu sebanyak 20 narapidana (66,7%) , 4 narapidana berada pada kategori sedang (13,3%), dan 6 narapidana berada pada kategori berat (20,0%) di lapas kelas IIA Padang Tahun 2022.
2. Bahwa dapat di lihat dis tribusi frekuensi tingkat depresi sesudah pemberian terapi hipnotis lima jari jumlah depresi ringan 20 orang (66,7%) mengalami penurunan menjadi depresi normal 19 orang (63,5%) dengan selisih (3,2%). sedangkan jumlah depresi sedang 4 orang (13,3%) mengalami penurunan ke depresi ringan 6 orang (20,0%) dengan selisih (6,7%). sedangkan jumlah depresi berat 6 orang (20,0%) mengalami penurunan menjadi depresi sedang 5 orang (16,7%) dengan selisih (3,3%). di Lapas Kelas IIA Padang Tahun 2022.
3. Ada pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat depresi pada kelompok intervensi dengan nilai  $P\text{-value}=0,0001$ .

### B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang di dapatkan dari hasil penelitian maka peneliti menyarankan kepada:

### **1. Bagi Petugas Lapas**

Di harapkan kepada petugas kesehatan lapas kusus nya pada pelayan poli klinik lapas untuk melaksanakan terapi hipnotis lima jari slama 5-10 menit yang bertujuan untuk menurunkan tingkat depresi dan mebuat rileks pada narapdana yang mengalami tingkat depresi.

### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan relefansi dan bahan baca tentang tingkat depresi di perpustakaan yang dapat memberikan masukan dan menambah wawasan bagi mahasiswa.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan hasil peneliti ini dapat menjadi bahan sebagai data awal dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel dependen dan desain yang berbeda tentang tingkat depresi.

