

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji statistik untuk Skala *General Anxiety Disorder* dengan *Paired t test* didapatkan nilai signifikansi *Sig.(2-tailed)* 0,000 lebih kecil daripada α 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh Terapi Akupunktur pada titik GV20, PC6, HT7, SP6, dan EXHN 3 terhadap penurunan Skala Gangguan Kecemasan Umum.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi

Perlu adanya pengembangan terapi Akupunktur khususnya dalam penanganan *General Anxiety Disorder*.

5.2.2 Bagi Peneliti yang akan datang

a) Dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan menambah pengetahuan bahwa terapi Akupunktur dapat dijadikan terapi alternatif dalam penanganan masalah gangguan kecemasan umum.

b) Untuk hasil yang maksimal perlu adanya penambahan jumlah sesi dan mengombinasikan terapi Akupunktur dengan modalitas terapi lainnya.

5.2.3 Bagi Responden

Dapat menerima terapi Akupunktur sebagai terapi non farmakologi dalam penanganan kasus *General Anxiety Disorder*.

DAFTAR PUSTAKA

- Baradero, M . Dayrit, M.W., & Maratning, (2015) A. *Kesehatan Mental Psikiatri*. Jakarta: EGC. vol. 21.
- Bongiorno, P. (2015) *In Therapy Combining Natural Remedies with Conventional Care. Comb. Nat. Remedies with Conv. Care* 290.
- Cahyadi, A. (2017) *Metode Hipnoterapi Dalam Mengubah Perilaku*, diunduh 26 Oktober 2021, 17:24, <<https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/syiar/article/view/897>>
- Charis, C. (2018) *Somatoform Disorders from Psychodynamic Point of View. Somatoform and Other Psychosomatic Disorders*, diunduh 26 Oktober 2021, <<https://www.pdfdrive.com/somatoform-and-other-psychosomatic-disorders-e187808958.html>>
- Dalami, S., Farida, P., Rochimah & Banon, E. (2009) *Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Masalah Psikososial*, Trans Info Media.
- Errington-Evans, N, (2012) Acupuncture for Anxiety. *CNS Neuroscience and Therapeutics* vol. 18.
- Focks, C. (2008) *Atlas of Acupuncture*. Elsevier Churchill Livingstone.
- Gerald, D. C., Neale, J. M. & Kring, A. M. (2010), *Psikologi Abnormal*, PT Raja Grafindo Persada.
- Hawari, D. (2012) *Skizofrenia*, Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Ibrahim, I.(2018). *Kesehatan Ala Hipnoterapi Islam*, diunduh 26 Oktober 2021, 17:24,< <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/syiar/article/view/1684>
- Kaatz, Debra.(2005).*Characters of Wisdom, Taoist Tales of The Acupuncture Point*. The Petite Bergerie Press.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Olahraga Atasi Gangguan Kecemasan, diakses 21 April 2022. <<http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/olah-raga-atasi-gangguan-kecemasan>>
- Kumaran. (2022). Pola Makan Bisa Membantu Atasi Kecemasan dan Depresi, Bagaimana Caranya. Diakses 21 April 2022. <<https://kumaran.com/kumaranwoman/pola-makan-bisa-membantu-atasi-kecemasan-dan-depresi-bagaimana-caranya-1xpo3D1BITk/full>>
- Laely, A. (2017). *Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri dan Kecemasan Pada Pasien Kemoterapi di RS Dr. Kariadi*. Medica Hosp.
- Maciocia, G. (2006), *The Foundations of Chinese Medicine (2Nd Edition). Acupuncture in Medicine* vol. 24, Elsevier Churchill Livingstone.
- Maciocia, G. (2009). *The Psyche in Chinese Medicine*. Elsevier Churchill Livingstone.
- Maciocia, G. (1994). *The Practice of Chinese Medicine: The Treatment of Diseases with Acupuncture and Chinese Herbs*. Vasa, Elsevier Churchill Livingstone.
- Maramis, W. (2005). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Airlangga University Press.
- Maslim, R. (2001). *Buku Saku Diagonosis Gangguan Jiwa - Rujukan Ringkas Dari PPDGJ -III*. PT Nuh Jaya.
- Mayor, D. (2010). *Book Review: The psyche in Chinese medicine. Treatment of*

emotional and mental disharmonies with acupuncture and Chinese herbs. Acupuncture in Medicine vol. 28, Elsevier Churchill Livingstone.

Moline, P. & Health, E. of N. (2014). *The Doctor's Book of Natural Health Remedies: Unlock the Power of Alternative Healing and Find Your Path Back to Health*, Galvanized Books.

Nugraha, A. D. (2020). *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*. IJIP Indones. J. Islam. Psychol. 2, diunduh 26 Oktober 2021, <<https://e-journal.iainsalatiga.ac.id/index.php/ijip/article/view/4706/1578>>

Nugroho, P. (2020) *Analisis Data Penelitian Bidang Kesehatan*, Gosyen Publishing.

Rajin, M., Masruroh & Ghofar, A. (2015). *Panduan Babon Akupunktur (Guide of the Acupuncture Baboon)*, Indoliterasi.

Rismawan, W., 2019. *Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Di Rsud Dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya*. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi* 19. doi:10.36465/jkbth.v19i1.451

Romie Priyastama. (2017). *Buku Sakti Kuasai SPSS, Pengolahan Data & Analisis Data*, Start Up.

Sakam, Wahfiudin, Abdul Latif. (2014). *Bersama Tuhan Menggenggam Dunia. Panduan Konsepsi Dan Aplikasi Spiritualitas Kerja*. Radiks Spiritual Capital Specialist.

Saleh, U. (2019). *Anxiety Disorder (Memahami gangguan kecemasan: jenis-jenis, gejala, perspektif teoritis dan Penanganan)*.

Saputra, K. & Idayanti, A. (2002) *Akupunktur klinik*. Airlangga University Press.

- Saputra, K. (2014) *Akupunktur Dasar*, Airlangga University Press.
- Schnyer, R. N. & Allen, J. J. B. (2001). *Acupuncture In The Treatment of Depression*, Churchill Livingstone.
- Scott, T. (2011). *The anti-anxiety food solution*, New Harbinger Publications, Inc.
- Sitompul R, Sri I, Wulandari M. (2021). Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Advent Indonesia. *Community Publ Nurs.* 9:258-265.
- Sutejo. (2019). *Keperawatan Kesehatan jiwa : Prinsip dan Praktik Asuhan Keperawatan jiwa*. Yogyakarta : Pustaka Baru.
- Syukur, M. A. (2012). *Sufi healing: terapi dengan metode tasawuf*, Erlangga.
- Tompkins, M. A. (2013). *Anxiety and Avoidance : a Universal Treatment for Anxiety, Panic, and Fear*. New Harbinger Publications, Inc.
- Trimulyaningsih, N., 2019. *Efektivitas psikoterapi islam untuk meningkatkan kesehatan mental : sebuah studi meta analisis*. *Jurnal Psikologi Islam* 6, 43–56, diunduh 26 Oktober 2021, < <http://jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/78/48>>
- Vaknin, S. (2010). *The Big Book of NLP, Expanded: 350+ Techniques, Patterns & Strategies of Neuro Linguistic Programming*. Inner Patch Publishing.
- Wardani, D.A.W., (2019). *Penyembuhan Maag Dengan Metode Hipnoterapi Perspektif Ayurveda Di Rumah Sehat Tri Sakti Dukuh Nggrembyang Klaten*. Kamaya: Jurnal Ilmu Agama.
- WHO. (2009). *WHO Standard Acupuncture Point Location*.
- Willmont, Dennis. (1999). *The Twelve Spiritpoints of Acupuncture, Beyond Symptomatic and Preventive Healing*.

Yusuf, A.H, F. & ,R & Nihayati, H. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Salemba Medika.

Zaini, A., (2015). *Shalat Sebagai Terapi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Prespektif Psikoterapi Islam*. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, 319–334, dilihat 26 Oktober 2021, 19:14, <<https://www.mendeley.com/catalogue/77ed3117-2094-3c23-ab04-7b5ddf4e2552/>>

