BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan seberapa besar pengaruh penerapan teknik *guided imagery* terhadap nyeri akibat gastritis khususnya pada kelompok dewasa muda. Hasil dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Ketiga responden sebelum dilakukannya intervensi dengan teknik *guided imagery*, nyerinya termasuk dalam kategori nyeri sedang dan nyeri berat.
2. Ketiga responden setelah dilakukan intervensi dengan teknik *guided imagery* berkurang nyerinya menjadi nyeri ringan dan tidak nyeri.

B. Saran

1. Bagi responden

   Teknik *guided imagery* diharapkan bisa dilakukan secara mandiri ketika sedang mengalami nyeri akibat gastritis. Teknik *guided imagery* juga dapat membuat individu yang menerapkannya menjadi tenang dan rileks.
2. Bagi peneliti selanjutnya

   Penelitian ini hanya mengambil tiga responden untuk penelitian. Teruntuk peneliti selanjutnya mungkin bias mengambil lebih banyak responden untuk penelitian.
3. Bagi pelayanan kesehatan

   Teknik *guided imagery* dapat dijadikan terapi komplementer yang mudah dan praktis dalam mengatasi nyeri akibat gastritis, khususnya pada usia dewasa muda