

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa Terapi CBT memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan dan menimbulkan efek penurunan tingkat kecemasan, sehingga metode ini efektif dan dapat diterapkan pada pasien diabetes yang mengalami kecemasan.

#### **B. Saran**

##### **1. Perawat**

Intervensi CBT ini hendaknya dapat menjadi intervensi yang dilakukan kepada pasien diabetes yang memiliki masalah kecemasan.

##### **2. Pasien**

Intervensi CBT ini diharapkan dapat dilakukan pasien Diabetes yang mengalami kecemasan secara teratur dengan bantuan tenaga Kesehatan agar kecemasan dapat diatasi.

##### **3. Peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian Terapi CBT untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes dengan menambahkan referensi terbaru literatur terkait.