

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut :

#### **5.2 SARAN**

Adapun saran - saran yang ingin disampaikan oleh peneliti adalah :

##### **5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan STIKes Widya Nusantara Palu**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber bacaan untuk penelitian selanjutnya atau dijadikan referensi untuk peningkatan kualitas pendidikan keperawatan khususnya tentang lansia

##### **5.2.2 Bagi Yayasan Al-Kautsar Palu**

Bagi petugas di Yayasan untuk secara rutin menjelaskan dan mengajarkan kepada semua lansia untuk melakukan terapi SEFT secara mandiri agar dapat selalu bersikap dan berfikir secara positif.

##### **5.2.3 Bagi peneliti lain**

Untuk peneliti lain diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan menggali berbagai informasi tentang Terapi SEFT dan lebih mengembangkan beberapa variabel yang belum diteliti.