

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Perbedaan *Benson Relaxation* dan *Deep Breathing Relaxation* Terhadap Tingkat Nyeri *Post Sectio Caesarea* Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Bendan Pekalongan” dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden pada kelompok A (*benson relaxation*) mayoritas berusia 26-35 tahun (69,2%), status fisik ASA I (65,4%), pendidikan terakhir SMA (46,2%), dan belum memiliki pengalaman operasi (65,4%). Responden pada kelompok B (*deep breathing relaxation*) mayoritas berusia 26-35 tahun (69,2%), status fisik ASA I (57,7%), tingkat pendidikan SMP (46,2%), dan belum memiliki pengalaman operasi (65,4%).
2. Tingkat nyeri *post sectio caesarea* responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi *benson relaxation* berbeda. Tingkat nyeri mayoritas responden sebelum diberikan *benson relaxation* mayoritas berada pada tingkat nyeri berat terkontrol dan setelah diberikan intervensi berubah menjadi nyeri ringan.
3. Tingkat nyeri *post sectio caesarea* responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi *deep breathing relaxation* berbeda. Tingkat nyeri mayoritas responden sebelum diberikan intervensi *deep breathing*

*relaxation* mayoritas berada pada tingkat nyeri berat terkontrol dan setelah diberikan intervensi menjadi nyeri sedang.

4. Terdapat perbedaan antara *benson relaxation* dengan *deep breathing relaxation* terhadap tingkat nyeri *post sectio caesarea* menggunakan spinal anestesi. *Benson relaxation* dinilai memiliki pengaruh lebih besar terhadap penurunan tingkat nyeri *post sectio caesarea*.

## **B. Saran**

Menurut hasil analisis data dan pembahasan serta keterbatasan penelitian maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan manajemen nyeri non-farmakologi *benson relaxation* maupun *deep breathing relaxation*.

2. Bagi Penata Anestesi dan Perawat Bangsal

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar pengambilan kebijakan dalam pemberian asuhan keperawatan dan/atau asuhan keperawatan dalam menurunkan nyeri selama di ruang perawatan. Serta memberikan motivasi kepada pasien untuk menerapkan manajemen nyeri non-farmakologi baik dengan menggunakan *benson relaxation* maupun dengan *deep breathing relaxation* untuk menurunkan nyeri.

3. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan ilmu pengetahuan tentang keperawatan khususnya dalam penanganan nyeri

non-farmakologi pada pasien *post* operasi *sectio caesarea* dan digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan membandingkan efektifitas dari terapi non farmakologi yang lain, menggunakan alat ukur nyeri yang berbeda, dan dapat menggunakan variabel yang berbeda selain tingkat nyeri.