

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden mayoritas ibu rentang usia 21-34 tahun, pendidikan setingkat SMA, ibu yang bekerja dan primipara.
2. Skor nyeri pada kelompok eksperimen menggunakan terapi farmakologis dan relaksasi Benson menunjukkan penurunan signifikan skor nyeri dari nilai pre-test rata rata 8,46 menjadi 4,31.
3. Skor nyeri pada kelompok kontrol yang hanya menggunakan terapi farmakologis menunjukkan penurunan skor nyeri dari nilai pre-test rata rata 8,54 menjadi 7,46.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol terhadap skor nyeri pada ibu *post sectio caesarea* di bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates dengan *p value* $(0,000) < (0,05)$

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan disarankan :

1. Bagi ibu *post sectio caesarea*
Dapat melakukan secara mandiri relaksasi Benson untuk mengurangi skor nyeri setelah persalinan SC.
2. Bagi Bidan di RSUD Wates
Dapat diberikan pelatihan penerapan teknik non farmakologi yaitu relaksasi Benson untuk meningkatkan kenyamanan pasien setelah persalinan SC.

3. Bagi Direktur RSUD Wates

Direkomendasikan untuk memasukkan kajian pengembangan SOP non farmakologi (Relaksasi Benson) sebagai terapi manajemen nyeri *post sectio caesarea*.

4. Untuk Peneliti selanjutnya

Diharapkan mampu menambah pengetahuan dan sebagai referensi mengenai relaksasi Benson yang menambahkan variabel luar terhadap penelitian lanjutan yang dilakukan Peneliti lain.