

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Sebelum dilakukan intervensi tehnik relaksasi progresif didapatkan 18 pasien (60%) mengalami nyeri ringan (skala nyeri 1-3) yaitu skala nyeri 2 sebanyak 3 pasien, skala nyeri 3 sebanyak 15 pasien, dan 12 pasien (40%) mengalami nyeri sedang (skala nyeri 4-6) yaitu skala nyeri 4 sebanyak 6 pasien, skala nyeri 5 sebanyak 5 pasien, skala nyeri 6 sebanyak 1 pasien.
2. Setelah dilakukan intervensi tehnik relaksai progresif didapatkan 23 pasien (76,7%) mengalami nyeri ringan (skala nyeri 1-3) yaitu skala nyeri 1 sebanyak 6 pasien, skala nyeri 2 sebanyak 9 pasien, skala nyeri 3 sebanyak 8 pasien dan 7 pasien (23,3%) mengalami nyeri sedang yaitu skala nyeri 4.
3. Tehnik relaksasi progresif berpengaruh secara signifikan terhadap intensitas nyeri pasca operasi ($t_{hitung} = 7,883$ sedangkan $t_{tabel} = 1,70$ dan taraf signifikansi 0,000 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima)

B. Saran

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna, dalam hal ini penulis ingin menyampaikan saran kepada :

1. Institusi RS dr R Soetijono Blora

Rumah Sakit perlu menetapkan kebijakan-kebijakan untuk mengatasi nyeri pasien pasca operasi dengan tindakan non farmakologi yaitu tehnik relaksasi progresif sehingga bisa dijadikan SOP (Standar Operating Prosedur)

2. Perawat

Perlu menerapkan tehnik relaksasi progresif pada pasien pasca operasi untuk mengurangi rasa nyeri sehingga meminimalkan penggunaan analgetik.

3. Klien Pasca Operasi

Menyarankan pada pasien dan keluarga untuk menggunakan/mempratekkan kembali tehnik relaksasi progresif jika mengalami nyeri.

4. Institusi USAHID Surakarta

Dari penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya keperawatan dan dapat dijadikan sebagai acuan penanganan nyeri pada pasien pasca operasi dalam kegiatan belajar mengajar.

5. Peneliti Selanjutnya

- a. Perlu dilakukan penelitian lain dengan sampel yang lebih besar.
- b. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang efektifitas relaksasi dalam menurunkan nyeri pada kelompok umur yang berbeda misalnya pada responden anak untuk membandingkan tehnik relaksasi progresif dengan tehnik yang lain.