

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisa data, penulis menyimpulkan bahwa kedua pasien memiliki 2 diagnosa yang sama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik (tindakan invasif operasi *sectio caesarea*), gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan nyeri dan risiko infeksi berhubungan dengan luka post operasi *sectio caesarea*. Masalah keperawatan nyeri akut dilakukan intervensi keperawatan mandiri yaitu dengan terapi relaksasi benson. Terapi relaksasi benson bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri pasca operasi *sectio caesarea*. Terapi relaksasi benson dilakukan dengan durasi selama 10 hingga 20 menit dan dilakukan dua kali dalam sehari. Terapi ini dapat dilakukan pagi ataupun sore bahkan kapan saja dengan tidak mengganggu aktivitas pasien. Dianjurkan terapi relaksasi benson dilakukan sebelum dan sesudah makan. Cara mengukur skala nyeri menggunakan *Numerical Rating Scale (NRS)* untuk menilai rentang respon nyeri.

Setelah dilakukan intervensi dengan terapi relaksasi benson tampak terjadinya penurunan intensitas nyeri yang dirasakan pada kedua pasien walaupun dalam rentang pemberian terapi yang berbeda. Terlihat pada pasien kelolaan Ny. A yang awalnya nyeri dengan skala 6 saat dilakukan intervensi hari pertama nyeri menjadi skala 5 kemudian dilakukan selama 3 hari perawatan hingga intensitas nyeri yang dirasakan menjadi skala 3.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi terapi relaksasi benson dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* karena terapi relaksasi benson memberikan efek rileks dan nyaman sehingga merangsang pengeluaran hormon endorfin. Hal ini pasti nya tidak hanya karena terapi relaksasi benson namun karena adanya kombinasi antara terapi farmakologi yang dibantu dengan terapi non farmakologi.

## **VI.2. Saran**

### **a. Bagi Institusi**

Diharapkan Booklet yang berjudul “Panduan Mengatasi Nyeri Pasca Persalinan Sesar (Sectio Caesarea) Dengan Terapi Relaksasi Benson” ini kedepannya dapat digunakan sebagai salah satu acuan pembelajaran bagi institusi pendidikan, termasuk dosen dan mahasiswa dalam melakukan pendidikan kesehatan di masyarakat.

### **b. Bagi Perawat**

Disarankan terapi relaksasi benson dapat dilakukan oleh tenaga keperawatan sebagai intervensi non farmakologi mandiri dalam mengurangi intensitas nyeri pada ibu pasca persalinan dengan sectio caesarea. Produk booklet ini dapat digunakan oleh perawat di fasilitas kesehatan sebagai media edukasi bagi ibu postpartum.

### **c. Bagi Masyarakat**

Booklet ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan mengenai cara mengatasi nyeri pasca persalinan sectio caesarea. Selain itu peran keluarga sangat penting dalam menyampaikan informasi dari booklet ini. Ibu pasca persalinan sectio caesarea dapat melakukan terapi relaksasi benson ini secara mandiri.