BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang bertujuan mengetahui intensitas nyeri perineum pada ibu postpartum sebelum dan setelah mendapatkan relaksasi aromaterapi dapat kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden sebagai salah satu tindakan untuk menggambarkan kondisi dari responden yaitu berdasarkan usia ibu post partum dominan berusia >25 tahun sejumlah 2 ibu, sebagian besar ibu berpendidikan terakhir SMA sejumlah 2 ibu, rata-rata ibu bekerja sebanyak 2 ibu, dan sebagian besar paritas ibu adalah primipara sejumlah 2 ibu.
2. Tingkat nyeri sebelum dilakukan relaksasi aromaterapi pada responden didapatkan hasil bahwa skala nyeri yang diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) yaitu nyeri sedang berjumlah 2 orang (66,7%) dan nyeri berat berjumlah 1 orang(33,3%).
3. Tingkat nyeri setelah dilakukan relaksasi aromaterapi pada responden didapatkan hasil selama 3 hari dalam durasi ≥ 15 menit di klinik dan di rumah klien didapatkan pengukuran skla nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) didapatkan nilai penurunan pada responden yaitu nyeri ringan berjumlah 2 orang(66,7%) dan nyeri sedang berjumlah 1 orang.(33,3%)

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan relaksasi aromaterapi pada responden dengan nyeri perineum terdapat penurunan tingkat nyeri yang terbukti dari nilai skla nyeri pada masing-masing responden.

B. Saran

1. Bagi Responden

   Relaksasi aromaterapi dapat dijadikan salah satu rekomendasi terapi komplementer yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri, merileksakna pikiran, mengurangi kecemasan ataupun ketegangan, peningkata kualitas tidur dan dapat dilakukan secara mandiri.

2. Bagi peneliti selanjutnya

   Studi kasus ini hanya menggunakan metode deskriptif hanya menggunakan 3 responden saja sehingga untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode analisi dengan responden yang lebih banyak

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

   Relaksasi aromaterapi dapat dijadikan terapi yang dilakukan setiap hari untuk semua kalangan usia, bagi pelayanan kesehatan dapat diajarkan pada pasien yang mengalami nyeri, kecemasan ataupun yang mengalami kesuliant tidur/imsomnia, dll.