BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Setelah dilakukan intervensi pada dua pasien dengan diagnosa medis yang sama yaitu gastritis didapatkan masalah keperawatan prioritas yang sama yaitu nyeri akut berhubungan dengan inflamasi lambung.

Kesimpulan pemberian tindakan terapi relaksasi otot progresif dalam kurun waktu 3 hari di dapatkan hasil pada kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri. Hal tersebut dapat dilihat dari skala nyeri sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada pasien 1 berada pada skala 7 dan saat setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif skala nyeri menurun menjadi skala 2. Sedangkan pada pasien 2 sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif berada pada skala 5 setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif skala nyeri menurun menjadi skala 1.

Dengan ini dapat disimpulkan bahwa tindakan terapi relaksasi otot progresif dapat menurunkan nyeri pada pasien gastritis

5.2. Rekomendasi

1. **Masyarakat**

   Terapi relaksasi otot progresif ini dapat dijadikan salah satu teknik relaksasi yang dilakukan secara mandiri sebagai upaya untuk menurunkan nyeri pada penderita gastritis.

2. **Bagi peneliti selanjutnya**

   Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan penambahan jumlah pasien serta waktu yang lebih lama.

3. **Bagi tenaga kesehatan**

   Hasil studi kasus ini dapat diterapkan dalam pemberian asuhan keperawatan pada penderita gastritis dengan memberikan tindakan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri karena sudah terbukti bisa menurunkan nyeri pada pasien gastritis.