

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil studi kasus yang bertujuan untuk mendeskripsikan penurunan skala nyeri pada pasien post operasi sebelum dan sesudah dilakukannya teknik relaksasi otot progresif, yaitu :

1. Karakteristik dari 3 responden yaitu 2 responden (66,67%) berjenis kelamin perempuan dan 1 responden (33,33%) berjenis kelamin laki-laki. Jenis operasi yang dilakukan oleh responden yaitu seluruhnya atau 3 responden (100%) menjalani operasi minor, dari 3 responden yang berusia dewasa awal berjumlah 2 responden (66,67%) dan 1 responden (33,33%) berusia dewasa madya dan 3 responden (100%) bersuku Sunda.
2. Sebelum dilakukannya teknik relaksasi otot progresif pada 3 responden sebanyak 2 responden (66,67%) mengalami nyeri sedang dan 1 responden (33,33%) mengalami nyeri ringan.
3. Setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif selama 2 kali dalam 2 hari berturut-turut pada 3 responden sebanyak 2 responden (66,67%) mengalami nyeri ringan dan 1 responden (33,33%) mengalami nyeri sedang.

B. Saran

1. Bagi Responden

Penerapan relaksasi otot progresif terhadap nyeri pada pasien post operasi dapat dijadikan salah satu teknik relaksasi untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi maupun nyeri yang dirasakan karena faktor lain, teknik relaksasi otot progresif juga dapat merilekskan dan membuat nyaman, serta dapat dilakukan secara mandiri dan tanpa biaya apapun.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dan hanya menggunakan 3 responden, sehingga untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan

metode analisis dengan responden yang lebih banyak dan dapat melakukan dengan waktu studi kasus yang lebih panjang.

3. Bagi Rumah Sakit

Penerapan relaksasi otot progresif dapat dijadikan salah satu teknik non farmakologis untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi dan dapat direkomendasikan kepada pasien-pasien yang mengalami nyeri lainnya.