

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil tindakan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan masalah nyeri akut melalui pemberian intervensi relaksasi benson di (SC) Di RSUD Dr. Wahidin Sudiro Husodo Mojokerto, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Asuhan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (proses pembedahan) melalui intervensi manajemen nyeri, berhasil menurunkan skala nyeri dari berat (skala 7) menjadi ringan (skala 3) setelah diberikan terapi selama 3 hari. Berdasarkan pengkajian, didapatkan data pasien mengeluh nyeri bekas jahitan operasi, tampak meringis, memegang perut, memejamkan mata, dan menggigit bibir bawah, serta terdapat luka sayatan horizontal ± 15 cm. Intervensi disusun meliputi tindakan observasi nyeri menggunakan NRS, terapeutik dengan pemberian terapi non-farmakologis yaitu relaksasi Benson, edukasi pemicu nyeri dan relaksasi mandiri, serta kolaborasi pemberian obat analgesik ketorolac dan paracetamol. Pemberian terapi relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri, masalah keperawatan nyeri akut dinyatakan teratasi sebagian skala 3 (nyeri ringan) karena sensasi nyeri tidak mungkin langsung hilang sepenuhnya karena terdapat jaringan pada luka sayatan operasi masih dalam proses penyembuhan.
2. Penerapan terapi relaksasi Benson terbukti menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dan aman dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri akut. Penurunan tingkat nyeri dari skala berat ke ringan ini tidak terjadi karena terapi relaksasi Benson saja, melainkan hasil dari kombinasi yang saling mendukung dengan pemberian obat analgesik yang sesuai indikasi, serta pelaksanaan intervensi mobilisasi dini secara bertahap. Kolaborasi

intervensi tersebut terbukti efektif menurunkan nyeri secara fisik, mengurangi ketegangan psikologis, dan memberikan pasien dengan keterampilan mandiri untuk menggunakan teknik relaksasi Benson sebagai pertolongan pertama setiap kali sensasi nyeri muncul kembali.

3. Implikasi kolaborasi teknik relaksasi Benson dan terapi analgesik memiliki implikasi strategis untuk dimasukkan ke dalam Standar Prosedur Operasional (SPO) keperawatan. Sebagai intervensi berbasis bukti (*Evidence-Based Practice*), metode perpaduan ini terbukti memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kemandirian pasien pasca operasi, mengoptimalkan efisiensi manajemen waktu tindakan serta kompetensi klinis perawat dalam mengantisipasi fase penurunan efek obat (*waning effect*), sekaligus mendukung peningkatan mutu pelayanan serta kepuasan bagi pihak manajemen rumah sakit secara keseluruhan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti dapat memberikan beberapa saran yang dapat dijadikan masukan antara lain :

1. Bagi lahan penelitian

Diharapkan adanya SOP di rumah sakit sebagai acuan untuk pelayanan keperawatan yang optimal, terutama bagi pasien post op *sectio caesarea*. Diharapkan di ruang nifas tempat penelitian dapat menetapkan teknik relaksasi Benson sebagai prosedur tetap dalam asuhan keperawatan pasien post *sectio caesarea* dan bisa menambahkan intervensi ini pada tindakan keperawatan untuk menunjang pemulihan yang lebih optimal. Selain itu, diharapkan pihak rumah sakit dapat menerapkan kebijakan penertiban jam kunjung serta mengontrol kondisi lingkungan ruang perawatan agar lebih tenang dan kondusif bagi pemulihan pasien.

2. Bagi layanan kesehatan

Diharapkan bagi layanan kesehatan untuk menerapkan relaksasi Benson sebagai intervensi non-farmakologis pendamping analgesik. Teknik ini terbukti membantu menurunkan kecemasan, mengurangi tegangan otot

abdomen, dan mengontrol nyeri yang muncul di antara jadwal obat, terutama saat efek obat mulai menurun (waning effect).

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memberikan asuhan keperawatan serta dapat melakukan pengkajian dengan benar sesuai dengan konsep dasar dengan pasien post op *sectio caesarea*. Mengingat adanya keterbatasan dalam mengevaluasi skala nyeri pasca intervensi, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengoptimalkan pemantauan berkala skala nyeri pasca intervensi.

4. Bagi klien

Diharapkan klien post *sectio caesarea* tetap menerapkan teknik relaksasi Benson secara mandiri di rumah setiap kali nyeri mulai terasa, terutama menjelang waktu habisnya efek analgesik.

