

BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Derajat nyeri pada pasien sebelum (*pretest*) intervensi rerata dalam rentang nyeri sedang.
2. Derajat nyeri setelah (*posttest*) dilakukannya intervensi mengalami penurunan sedikit menjadi nyeri ringan.
3. Perbandingan nyeri antara sebelum (*pretest*) dan setelah dilakukannya intervensi (*posttest*) yang mengalami penurunan menunjukkan relaksasi nafas dalam dengan meniup balon memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pasien *post sectio caesarea*.
4. Kelompok intervensi relaksasi nafas dalam dengan meniup balon lebih dapat menurunkan intensitas nyeri dibandingkan pada kelompok kontrol tanpa perlakuan.

7.2 Saran

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan skala multidimensional atau penilaian parameter lain, seperti profil hemodinamika pasien sehingga pengukuran skala nyeri dapat lebih objektif. Disarankan juga untuk membandingkan relaksasi nafas dalam dengan terapi komplementer lainnya dalam penurunan nyeri, serta diperlukan penelitian yang lebih lanjut dan mendalam mengenai efektifitas relaksasi nafas dalam dengan pengukuran kadar β -endorphin dalam plasma darah sehingga dapat diterapkan dalam pelayanan kesehatan.