

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pelaksanaan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Kombinasi Genggam Jari Dalam Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien *Carsino Mamae* Dengan Tindakan Mastektomi Di Ruang Bedah Mawar RSUD dr Hi Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023 dapat dilakukan beberapa kesimpulan yang berkaitan dengan landasan teori dan tujuan yang telah ditetapkan. Penulis juga mengemukakan saran demi perbaikan asuhan keperawatan khususnya pada pasien post operasi Mastektomi

A. Kesimpulan

1. Setelah melakukan pengkajian nyeri pada Ny. R dengan diagnosis *Carsino Mamae* Post operasi Mastektomi selama 3 (tiga) hari terhitung dari tanggal 23 Juni 2023 sampai 25 Juni 2023 di Ruang Bedah Mawar Rumah Sakit Umum Daerah dr. Hi Abdul Moeloek Provinsi Lampung, maka penulis mengambil kesimpulan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri yaitu riwayat tekanan darah tinggi dan jenis kelamin, intervensi keperawatan yang dilakukan terhadap Ny. R yaitu memberikan terapi menggunakan terapi relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari untuk menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan sehingga pasien mampu menurunkan dan mengontrol nyeri yang dirasakan oleh pasien. Teknik terapi Relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari merupakan terapi non farmakologik yang efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien yang mengalami nyeri akut. Terapi relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari jika dilaksanakan sempurna dapat mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh dan kecemasan sehingga mencegah bertambahnya stimulus nyeri. Mekanisme teknik Terapi ini adalah mengembangkan hubungan isyarat verbal dan kondisi tubuh yang tenang dimana tidak ada kondisi fisik yang aktif saat melakukannya. Teknik ini membantutubuh untuk untuk rileks sehingga dapat mengendalikan pernafasan, tekanan darah, denyut jantung dan suhu tubuh yang membantu tubuh merasa hangat, berat dan santai merupakan

standar latihan relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari. Sensasi tenang, ringan dan hangat yang menyebar ke seluruh tubuh merupakan efek yang bisa dirasakan dari relaksasi nafas dalam (Fitriani & Alsa, 2015).

2. Sehingga berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan penulis selama 3 (tiga) hari berturut-turut terhadap Ny. R menunjukkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari (terapi non farmakologik) dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan diagnosa *carsino mammae* Post operasi mastektomi dimana skala nyeri pasien sebelum dilakukan implementasi terapi relaksasi Autogenik adalah skala nyeri 5 dan setelah diberikan implemetasi terapi relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari selama 3 (tiga) hari, skala nyeri pasien menurun menjadi skala nyeri 2 dihari ke tiga penelitian.

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan pihak RSUD Dr Hi Abdul Moeloek Provinsi Lampung dapat meningkatkan dan memfasilitasi kinerja tenaga kesehatan khususnya perawat dalam pemberian asuhan keperawatan post operasi khususnya dalam pengelolaan Nyeri Akut pada pasien post operasi mastektomi

2. Bagi Perawat

- a. Diharapkan bagi perawat dapat terus mengembangkan pengetahuan dan kompetensinya dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan *carsino mammae* post operasi *mastektmi*sesuai dengan Standar Diagnosis padabuku SDKI, SLKI, dan SIKI.
- b. Diharapkan bagi perawat dapat mengatasi masalah pada pasie *carsino mammae* post operasi mastektomi misalnya nyeri akut dengan melakukan strategi meredakan nyeri akut dengan menggunakan terapi non farmakologik yaitu menggunakan teknik nafas dalam kombinasi genggam jari
- c. Diharapkan bagi perawat sebagai bahan rujukan untuk mengikuti pelatihan terkait implementasi therapi relaksasi nafas dalam kombinas

genggam jari

3. Bagi Institusi Poltekkes Tanjungkarang

Diharapkan agar terus mempertahankan mutu pembelajaran yang bermutu tinggi terutama dalam bidang keperawatan perioperatif, dan diharapkan hasil laporan tugas akhir ini dapat memperkaya literatur perpustakaan. Dan perpustakaan hendaknya memperbanyak bahan bacaan dalam bidang keperawatan post operatif, khususnya ilmu bedah yang tersedia dalam bentuk buku atau *e-book* yang dapat dibaca melalui website institusi. Serta diharapkan peningkatan kualitas dan pengembangan ilmu mahasiswa melalui studi kasus agar dapat menerapkan asuhan keperawatan pada klien secara komprehensif. Dan diharapkan sebagai pembelajaran terkait pemberian terapi non farmakologik dengan penerapan relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari

4. Penulis Selanjutnya

Penulis merekomendasikan intervensi untuk penatalaksanaan menurunkan nyeri pasien dengan berbagai terapi non farmakologik (Hipnotis, distraksi, teknik relaksasi benson, teknik relaksasi autogenik dan teknik relaksasi nafas dalam kombinasi genggam jari)