

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah peneliti melakukan penerapan teknik relaksasi napas dalam pada Ny. S dengan gastritis yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut wilayah kerja Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara peneliti mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Klien Ny. S dengan keluhan nyeri pada ulu hati bertambah jika melakukan aktivitas (bersih-bersih rumah, masak) dan memperingan saat beristirahat, nyeri seperti ditusuk-tusuk nyeri dibagian ulu hati, skala nyeri 4, nyeri hilang timbul setiap 5 menit sekali, klien tampak meringis, badan lemas, mual, tidak nafsu makan yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut
2. Penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada Ny. S, penerapan teknik relaksasi napas dalam dilakukan selama 3 hari, tanggal 16-18 Februari 2024 sesuai dengan SOP.
3. Setelah dilakukan penerapan teknik relaksasi napas dalam 3 kali sehari, selama 3 hari secara rutin terjadi penurunan skala nyeri, dari skala nyeri 4 (sedang) menjadi skala 0 (tidak nyeri), klien tidak tampak meringis.
4. Hasil analisis penerapan teknik relaksasi napas dalam yang menjadi fokus tindakan selama 3 hari, kemudian dilakukan evaluasi selama 3 hari didapatkan masalah keperawatan nyeri akut teratasi ditandai dengan skala nyeri menurun dari skala 4 menjadi 0, klien mengatakan tidak nyeri. Teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif untuk menurunkan intensitas nyeri.

B. Saran

1. Bagi Peneliti/ Mahasiswa

Diharapkan penerapan teknik relaksasi napas dalam tidak hanya dilakukan pada 1 klien tetapi berlaku untuk semua klien yang mengalami masalah nyeri.

2. Bagi Puskesmas Kotabumi II

Diharapkan Petugas Puskesmas II, Kotabumi Lampung Utara, khususnya perawat dapat mensosialisasikan dan mengajarkan teknik relaksasi napas dalam kepada pasien yang mengalami masalah nyeri.

3. Bagi klien/ Keluarga

Diharapkan keluarga dan klien dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dan dapat menolong dirinya sendiri terutama dalam masalah nyeri. Sehingga klien tidak tergantung dengan obat.