

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro, diperoleh bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat nyeri pada pasien post operasi TKR meliputi usia lanjut, jenis kelamin perempuan, serta pengalaman nyeri sebelumnya. Ketiga faktor ini sesuai dengan teori Black & Hawks (2014), yang menyatakan bahwa persepsi nyeri dapat dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial kultural, termasuk usia, jenis kelamin, dan pengalaman individu terhadap nyeri sebelumnya.
2. Hasil observasi terhadap skala nyeri selama tiga hari menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari hari ke hari. Pada hari pertama, pasien melaporkan nyeri dengan skala 6 (nyeri sedang), menurun menjadi skala 5 pada hari kedua, dan 4 pada hari ketiga sebelum intervensi diberikan. Penurunan ini menunjukkan adanya perbaikan nyeri secara alami, namun belum menunjukkan hasil yang optimal dalam mengurangi ketidaknyamanan pasien.
3. Berdasarkan hasil observasi skala nyeri sebelum dan setelah intervensi selama 3 hari berturut-turut, diperoleh hasil bahwa skala nyeri pasien menurun secara signifikan dari skala 6 menjadi skala 3. dengan penurunan yang konsisten setiap harinya. Temuan ini mengindikasikan bahwa kombinasi terapi non farmakologi tersebut efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pasca operasi, khususnya pada pasien post TKR. Efektivitas ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa terapi relaksasi dapat menstimulasi pelepasan endorfin yang berperan sebagai analgesik alami, sementara terapi dingin dapat menurunkan aktivitas saraf nosiseptif dan mengurangi inflamasi lokal.

B. Saran

1. Bagi Perawat

Laporan ini dapat menjadi masukan dan informasi dalam melakukan asuhan keperawatan post TKR yang berhubungan dengan penerapan relaksasi *footbath* dan *deep breathing relaxation* pada pasien post TKR.

2. Bagi Rumah Sakit

Laporan ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam penyusunan Standar Operasional Prosedur (SOP) di rumah sakit mengenai penerapan intervensi non-farmakologis, seperti *footbath* dan *deep breathing relaxation*, sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan pada pasien pasca operasi ortopedi, khususnya Total Knee Replacement (TKR), guna meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dan kenyamanan pasien.

3. Bagi Pendidikan

Laporan ini dapat dijadikan sebagai referensi pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam memahami dan melaksanakan intervensi non-farmakologis, khususnya *footbath* dan *deep breathing relaxation*, sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada pasien pasca operasi ortopedi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada asuhan keperawatan selanjutnya dapat menerapkan efektifitas dari metode media yang digunakan untuk mengurangi nyeri post operasi. Serta diharapkan pemberi asuhan selanjutnya dapat meneliti faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi keberhasilan dalam pemberian intervensi *footbath* dan *deep breathing relaxation*.