

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Ny. V mengalami masalah keperawatan nyeri akut setelah menjalani prosedur pembedahan yang dilakukan untuk mengangkat sel tumor pada payudara sebelah kirinya.
2. Terapi *Progressive Muscle Relaxation* dilakukan berdasarkan diagnosa keperawatan nyeri akut. Untuk mencapai luaran tingkat nyeri menurun selama 3 hari proses keperawatan.
3. Tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan Nyeri Menurun, Meringis Menurun, Sikap Protektif Menurun, Gelisah Menurun, Kesulitan Tidur Menurun.
4. Teknik *Progressive Muscle Relaxation* yang diberikan pada klien mampu membantu mengatasi masalah nyeri akut yang dialami klien dengan luka post operasi

#### **B. Saran**

1. Diharapkan dapat mengumpulkan lebih banyak lagi referensi jurnal terkait penerapan terapi *progressive muscle relaxation* untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *post operasi tumor mammae*.
2. Diharapkan dapat menjadikan teknik *progressive muscle relaxation* sebagai salah satu referensi untuk dijadikan sebagai tindakan non-farmakologis untuk membantu menurunkan skala nyeri.
3. Diharapkan dapat menerapkan terapi *progressive muscle relaxation* sebagai alternatif untuk membantu menurunkan skala nyeri yang diderita.