

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan studi kasus ini, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi kamomil dengan teknik napas dalam berpengaruh dalam penurunan intensitas nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea*. Dengan demikian, aromaterapi kamomil dengan teknik napas dalam mampu mengurangi nyeri pasca *sectio caesarea* karena terdapat *terpenoid* (*bisabolol* dan *chamazulene*) yang berperan dalam mengurangi rasa nyeri dan inflamasi (peradangan). Adapun kandungan lainnya, yaitu *flavonoid* (*apigenin*) dan *polifenol* yang dapat merelaksasi saraf sehingga membantu mengurangi nyeri dan peradangan pada pasien pascaoperasi. Intervensi ini tidak hanya menurunkan nyeri tetapi juga meningkatkan relaksasi fisik dan psikologis pasien pasca operasi.

5.2 Implikasi

Kombinasi aromaterapi kamomil dengan teknik napas dalam efektif dalam mengurangi intensitas nyeri pada ibu *pasca sectio caesarea* sehingga dapat dijadikan sebagai intervensi non farmakologis yang aman dan holistik dalam manajemen nyeri. Temuan ini mendorong perlunya penerapan terapi komplementer ke dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien, mempercepat pemulihan serta mengurangi ketergantungan pada analgesik yang berpotensi menimbulkan efek samping.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan temuan dari penelitian yang sudah dilakukan, terdapat rekomendasi untuk penelitian selanjutnya, yakni meliputi :

- 1) Bagi Rumah Sakit

Pentingnya pendekatan holistik dalam manajemen nyeri pascaoperasi pada ibu *post sectio caesarea*, direkomendasikan untuk menerapkan terapi

Adinda Nur Hanifa, 2025

**PENATALAKSANAAN PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA KAMOMIL (*MATRICARIA RECUTITA*)
TERHADAP NYERI PADA IBU POST *SECTIO CAESAREA***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

komplementer seperti aromaterapi kamomil dengan teknik napas dalam sebagai langkah strategis meningkatkan kenyamanan dan mutu pelayanan.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil temuan penelitian, diharapkan peneliti selanjutnya dapat membandingkan dengan intervensi lain, seperti akupresur dan terapi musik untuk melihat efektifitas non farmakologis. Lalu, menilai dampak jangka panjang, seperti observasi pengaruh terhadap penyembuhan luka, kualitas tidur, dan ikatan antara ibu dengan bayi. Adapun rekomendasi lainnya untuk memperkuat penelitian dengan memperluas sampel dengan desain lain seperti *Randomized Controlled Trial* (RCT).