

BAB V

SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil implementasi selama lima hari, intervensi *effleurage back massage* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri secara bertahap. Penurunan skala nyeri terjadi baik pada sesi pagi maupun sore, menunjukkan bahwa intervensi ini memberikan efek terapeutik yang berkelanjutan. Efektivitas pijatan ini dapat dijelaskan melalui mekanisme peningkatan produksi endorfin dan relaksasi otot, yang secara fisiologis menghambat transmisi nyeri dan status hemodinamik yang secara psikologis meningkatkan kenyamanan pasien.

5.2. Implikasi

Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa pendekatan non-farmakologis seperti *effleurage back massage* dapat digunakan sebagai bagian dari strategi manajemen nyeri yang aman, murah, dan mudah diimplementasikan dalam praktik keperawatan. Penerapan intervensi ini juga dapat meningkatkan kepuasan pasien, mempercepat proses penyembuhan, serta mengurangi ketergantungan terhadap obat analgesik.

5.3. Rekomendasi

Disarankan agar tenaga keperawatan lebih aktif mengintegrasikan teknik *effleurage back massage* ke dalam asuhan keperawatan, khususnya bagi pasien dengan keluhan nyeri ringan hingga sedang. Selain itu, pelatihan dan peningkatan kompetensi perawat dalam teknik pijat terapeutik perlu ditingkatkan. Untuk memperkuat bukti ilmiah, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan periode intervensi yang lebih panjang untuk menilai efektivitas jangka panjang dan pengaruhnya terhadap aspek fisiologis dan psikologis pasien.