

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa adanya penurunan tingkat nyeri pada kedua pasien setelah dilakukan relaksasi benson. Hasil pengukuran tingkat nyeri pada pasien 1 mengalami penurunan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan) dan pasien 2 mengalami penurunan skala nyeri dari 6 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan). Itu membuktikan bahwa pada kedua pasien selama tiga hari berturut-turut mengalami penurunan tingkat nyeri. Maka diperlukan latihan berkelanjutan untuk mengurangi rasa nyeri.

5.2. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan peneliti terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Penelitian

Dapat dijadikan oleh peneliti lain sebagai salah satu referensi dan dapat dijadikan pedoman dalam pengembangan penerapan teknik relaksasi benson terhadap nyeri pada pasien gastritis.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bukti nyata akan efek penerapan teknik relaksasi benson dalam menurunkan tingkat nyeri, saran untuk Puskesmas sebaiknya teknik relaksasi benson dijadikan SOP yang baku dan dapat diterapkan pada pasien yang mengalami nyeri.