**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh teknik relaksasi terhadap tingkat skala nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caeserea* di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Sari Mulia Banjarmasin, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan karateristik responden, sebagian besar responden berusia 20-35 tahun (66,7%), pendidikan responden sebagian besar lulus akademik / perguruan tinggi 15 (50,0%) dan berdasarkan pekerjaan responden sebagian besar adalah ibu rumah tangga (53,3%)
2. skala nyeri pasien *post* operasi *sectio caeserea* sebelum dilakukan teknik relaksasi skala nyeri 3 skala yaitu nyeri berat dengan persentase 100,0%. Dikarenakan hanya pada skala nyeri 3 yang dapat dilakukan teknik relaksasi, karena pada skala nyeri 4 dan 5 sudah tidak bisa lagi lakukan teknik relaksasi, harus dengan memberikan terapi farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri.
3. skala nyeri pasien *post* operasi *sectio caeserea* setelah dilakukan teknik relaksasi didominasikan oleh skala nyeri 2 yaitu nyeri sedang dengan persentase 56,7%.
4. Secara statistik ada pengaruh yang signifikan nilai p= 0,000 < α = 0,05, maka hal ini menunjukkan adanya pengaruh dilakukannya teknik relaksasi terhadap skala nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caeserea* di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Sari Mulia Banjarmasin
5. **Saran**

Berdasarkan penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh relaksasi terhadap tingkat nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caeserea* di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Sari Mulia Banjarmasin, maka dapat di ambil saran sebagai berikut :

1. Bagi Rumah Sakit

Teknik relaksasi merupakan salah satu terapi modalitas keperawatan yang mudah dan dapat dipilih untuk diterapkan pada tindakan keperawatan bagi pasien permasalahan gangguan kenyamanan, yakni nyeri

1. Bagi instusi pendidikan

Teknik relaksasi merupakan salah satu terapi modalitas keperawatan yang mudah dan dapat dipilih untuk diterapkan pada tindakan keperawatan bagi pasien permasalahan gangguan kenyamanan, yakni nyeri sehingga dapat dimasukkan kedalam topik kajian salah satu mata kuliah yaitu lab skill untuk pencapaian kompetensi mahasiswa.

1. Bagi masyarakat

pasien *post* operasi *sectio caeserea* di harapkan dapat menerima informasi secara ilmiah dan dapat mengakplikasikan teknik relaksasi sebagai terapi non farmakologis yang aman, efektif dan mudah untuk menurunkan skala nyeri.

1. Bagi peneliti

Peneliti dapat dijadikan sebagai sumber informasi sebagai peneliti untuk mengembangkan penelitian selanjutnya. Penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan memperhatikan faktor pengganggu apa saja yang dapat mempengaruhi nyeri, serta posisi responden saat dilakukannya teknik relaksasi.