

BAB 7

KESIMPULAN dan SARAN

7.1 Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan efektivitas pemberian teknik relaksasi nafas dalam dengan teknik relaksasi genggam jari terhadap skala intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* di rumah sakit ibu dan anak lombok dua dua Surabaya. Pada hasil penelitian didapatkan $p\text{-value}$ sebesar $(0,729) > \alpha (0,05)$, yang menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara teknik relaksasi nafas dalam dan teknik relaksasi genggam jari. Ini berarti bahwa kedua teknik ini dapat diajukan pada pasien post operasi *sectio caesarea* untuk dipilih tanpa membedakan efektivitas keduanya. Pasien dapat memilih salah satu teknik sesuai situasi dan kondisi yang mendukung pemulihan kesehatannya.

7.2 Saran

Beberapa rekomendasi dari hasil penelitian ini diuraikan sebagai berikut

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Teknik relaksasi terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden pada penelitian ini. Diharapkan perawat mampu menerapkan teknik relaksasi baik nafas dalam maupun genggam jari sesuai dengan pilihan pasien untuk perawatan pasien post operasi *sectio caesarea*.

2. Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan peserta didik dalam manajemen nyeri post operasi SC.

3. Bagi penelitian Selanjutnya

Dalam penelitian ini, peneliti tidak memiliki data evaluasi pasien mengenai perasaan yang dirasakan sebelum, selama dan setelah pemberian teknik relaksasi untuk memperluas pembahasan dalam penelitian ini. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat membuat kuesioner evaluasi akhir untuk responden agar pernyataan dari para responden bisa memperkaya pembahasan dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Afifah. (2009). *Buku Pintar Merawat Bayi*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Babba, J. (2007). *Hubungan antara intensitas Kebisingan di Lingkungan Kerja dengan Peningkatan Tekanan Darah (Penelitian pada Karyawan PT. Semen Tonasa di Kabupaten Pankep Sulawesi Selatan)*. Tesis, Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro, Semarang.

Capacitar. (2010). *Releasing Emotion Through Your Finger*. Diunduh tanggal 18 Januari 2016, dari http://www.capacitar.org/action_parents.html

Depkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. Diunduh tanggal 18 Januari 2016 dari <http://www.slideshare.net/ssuser200d5e/riskesdas-2013-30782412>

Emaliyawati, E. (2009). *Pengaruh latihan Nafas Dalam Terhadap Konsentrasi Oksigen Darah di Perifer pada Klien Tuberkolosis Paru*. Diunduh tanggal 12 Januari 2016 dari http://pustaka.unpad.ac.id/wpcontent/uploads/2009/10/pengaruh_latihan_nafas_dalam.pdf

Fitri, M., Trisyani, M., & Maryati, I. (2012). *Hubungan Intensitas Nyeri Luka Sectio Caesarea dengan Kualitas Tidur pada Pasien Post Partum Hari ke-2 di Ruang Rawat Inap RSUD Sumedang* Diunduh tanggal 21 Januari 2016 dari <http://jurnal.unpad.ac.id/index.php/ejournal/article/download/793/839>

Haruyama, S. 2014. *The miracle of Endorphin : sehat Mudah dan Praktis dengan hormon kebahagiaan*. Qanita. Bandung.

Hidayat dan Uliyah. (2008). *Ketrampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta: SalembaMedika.

Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Judhita, I., & Cynthia, S, I. (2009). *Tips Praktis Bagi Wanita Hamil*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Lapau, B. (2013). *Metode Penelitian Kesehatan: Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis dan Diservasi*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Liana, E. (2008). *Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Keseimbangan Emosi*. Diunduh tanggal 12 Januari 2015 dari <http://www.pembelajar.com/teknik-relaksasi-genggam-jari-untuk-keseimbangan-emosi>

Lukman, T, V. (2013). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post-Operasi Sectio Caesaria di RSUD. Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Kota Gorontalo*. Diunduh tanggal 12 Januari 2016 dari <http://kim.ung.ac.id/index.php/KIMFIKK/article/viewFile/2859/2835>

Mander, R. (2003). *Nyeri Persalinan*. Jakarta : EGC.

Manuaba, I, B, G. (2012). *Buku Ajar Pengantar Kuliah Teknik Operasi Obstetri dan Keluarga Berencana*. Jakarta: TIM.

Ma'rifah, A, R., Handayani, Rahmaya N., & Dewi, P. (2015). *Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Prof. DR. Margono Soekardjo Purwokerto*. Diunduh tanggal 11 Januari 2016 dari <https://www.google.co.id/search?q=JKA+Vol+2&oq=JKA+Vol+2&aqs=chrome.0.57.12935&sourceid=chrome&ie=UTF8#q=JKA+Vol+2.+No+1+Juni+2015+Atun+genggam+jari>

Maryunani, A. (2010). *Nyeri Dalam Persalinan Teknik dan Cara Penanganannya*. Jakarta: TIM.

Noble, B., Clark, D., Meldrum, M., Seymour, J., Henk, T, H., Winslow, M., Paz, S. (2005). *The Measurement of Pain, 1945-2000. Journal of pain and symptom Management* 2005; 29:14-21. U.S Cancer pain Relief Committee. Published by Elsevier Inc. All rights reserved.

Nurak, Maria T., & Sugiarti. (2011). *Indikasi Persalinan Sectio Caesarea Berdasarkan Umur dan Paritas di Rumah Sakit DKT Gubeng Pojok Surabaya tahun 2011*. Diunduh tanggal 15 Januari 2016 dari <http://library-griyahasada.com-libraryimages/files/urnal%20Penelitian%20Persalinan%20Sectio%20Caesarea.PDF>

Nursalam. (2003). *Konsep & penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan; Pedoman skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Penerbit: Salemba Medika.

Nursalam. (2013). *Konsep & penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan; Pedoman skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Penerbit: Salemba Medika.

Pinandita, I., Purwanti, E., & Utoyo, B. (2012). *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intenstas Nyeri pada Pasien dengan Post Operasi Laparatomi*. Diunduh tanggal 11 Januari 2016 dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=65820&val=4792&title=PENGARUH%20TEKNIK%20RELAKSASI%20GENGGAM%20JARI%20TERHADAP%20PENURUNAN%20INTENSITAS%20NYERI%20ADA%20PASIEN%20POST%20OPERASI%20LAPARATOMI>

PainEdu.org. (2006). *Pain Assessment Scale*. Inflexxion.inc. : Amerika Serikat Diunduh tanggal 14 Juli 2016 dari <http://www.painedu.org/Downloads/NIPC/Pain%20Assessment%20Scales.pdf>

Potter, P.A & Perry, A.G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4 Volume 2. Jakarta: EGC.

Prasetyo,S,N. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Garaha Ilmu

Priharjo, R. (2003). *Perawatan Nyeri Pemenuhan Aktifitas Istirahat Pasien*. Jakarta : EGC.

Ramadina, S., Utami, S., & Jumaini. (2013). *Efektifitas teknik relaksasi genggam jari dan nafas dalam terhadap penurunan dismenore*. Diunduh tanggal 12 Juni 2016 dari <http://download.Portalgaruda.org/article.php?article=186733&val=6447&title=Efektifitas%20Teknik%20Relaksasi%20Genggam%20Jari%20Dan%20Nafas%20Dalam%20Terhadap%20Penurunan%20Dismenore>

Simkin, P. (2007). *Kehamilan, Melahirkan & Bayi: Panduan lengkap (Surya Satyanegara, penerjemah.)*. Jakarta: Arcan.

Soewadji, J. (2012). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media.

Sofiyah, L., Ma'rifa, A.R., & Susanti, I.H. (2014). *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo urwokerto*. Diunduh tanggal 11 Januari 2015 dari <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn/12012010/article/viewFile/1421/1474>

Solso, L. R., Maclin, H. O., & Maclin, K. M. (2008). *Psikologi kognitif*. Jakarta: Erlangga.

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Sukowati, U., Dewi, Y.I., Ermianti, Wahyuni, S., Widiasih, R., & Nasution, S.S. (2010). *Model Konsep & teori Keperawatan Aplikasi pada Kasus Obstetri Ginekologi*. Bandung: Refika Aditama.

Swarihadiyanti, R. (2014). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Instrumental dan Musik Klasik terhadap Nyeri Saat Wound Care pada Pasien Post Op di Ruang Mawar RSUD DR. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri*. Diunduh tanggal 09 Februari 2016 dari <http://digilib.stikes.kusumahusada.ac.id/files/disk1/11/01-gdl-ratihswari-549-1-skripsi-h.pdf>

Tamsuri, A. (2007). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.

WHO. (2015). *WHO Statement on Caesarean Section Rates*. Diunduh tanggal 11 Januari 2016 dari http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/161442/1/WHO_RHR_15.02_eng.pdf

Zakiah, A. (2015). *Nyeri: Kosep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika.