

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diatas mengenai “Penerapan Terapi Relaksasi *Benson* Dalam Asuhan Keperawatan Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasien *Post ORIF* Di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

##### **1. Penerapan Teknik Relaksasi *Benson***

- a. Intervensi keperawatan yang dilakukan pada pasien *post ORIF* mencakup manajemen nyeri, peningkatan mobilitas fisik, dan pencegahan risiko infeksi.
- b. Teknik relaksasi *Benson* terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, dengan pasien melaporkan penurunan skala nyeri dari 7-8 menjadi 2-3 setelah intervensi.
- c. Pendekatan non-farmakologis ini dapat digunakan sebagai terapi komplementer dalam manajemen nyeri pasca operasi.

##### **2. Evaluasi Pelaksanaan Teknik Relaksasi *Benson***

- a. Evaluasi menunjukkan bahwa penerapan teknik ini tidak hanya menurunkan skala nyeri tetapi juga meningkatkan kenyamanan pasien.
- b. Pasien yang menerima teknik relaksasi ini melaporkan peningkatan kualitas tidur dan penurunan kecemasan.
- c. Implementasi intervensi ini berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan pasien untuk melakukan perawatan diri dan mengurangi ketergantungan terhadap analgesik farmakologis.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

- a. Diharapkan institusi pelayanan kesehatan dapat menjadikan hasil laporan ilmiah ini sebagai pedoman dalam penyusunan kebijakan dan prosedur standar keperawatan untuk pasien *post ORIF*.
- b. Mendorong tenaga kesehatan untuk lebih aktif dalam mengaplikasikan terapi relaksasi *Benson* sebagai salah satu pendekatan non farmakologis dalam manajemen nyeri.

2. Bagi RSUD Bagas Waras Klaten

- a. Disarankan agar rumah sakit mengadopsi teknik relaksasi *Benson* ke dalam *Standar Operasional Prosedur* (SOP) sebagai metode tambahan dalam pengelolaan nyeri *post operatif*.
- b. Melakukan pelatihan bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya agar penerapan terapi relaksasi *Benson* dapat dilakukan secara optimal dan sesuai dengan standar klinis yang berlaku.

3. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Sebaiknya teknik relaksasi *Benson* dimasukkan ke dalam kurikulum pendidikan keperawatan sebagai bagian dari manajemen nyeri non farmakologis.
- b. Mendorong mahasiswa keperawatan untuk melakukan penelitian lanjutan guna mengembangkan bukti ilmiah yang lebih kuat terkait efektivitas terapi ini dalam berbagai kondisi nyeri *post operatif*.
- c. Menyelenggarakan seminar atau pelatihan bagi mahasiswa tentang penerapan teknik relaksasi *Benson* dalam praktik keperawatan klinis.