

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian pengaruh terapi relaksasi *benson* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea* di Ruang Flamboyan (Obgyn) RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar, disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Sebelum dilakukan terapi relaksasi *benson* 5 jam sebelum tindakan operasi *sectio caesarea*, dilakukan pengukuran kecemasan menggunakan alat ukur kecemasan *HARS* dan didapatkan hasil 6 responden mengalami kecemasan sedang
- 2) Setelah dilakukan terapi relaksasi *benson* dengan frekuensi satu kali dalam waktu 20 menit terjadi penurunan sebanyak 3 responden menjadi kecemasan ringan dan sebanyak 3 responden mengalami kecemasan sedang
- 3) Terdapat perbedaan hasil antara sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi *benson*

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien

Untuk mengurangi kecemasan pre operasi *sectio caesarea* diharapkan pasien mampu melakukan terapi relaksasi *benson* secara mandiri atau dengan bantuan perawat dan untuk memaksimalkan terapi tersebut dapat dilakukan berkali-kali sebelum menjalani operasi.

5.2.2 Bagi Perawat Ruang Flamboyan (Obgyn)

Diharapkan perawat melakukan terapi relaksasi *benson* pada pasien yang akan melakukan operasi khususnya pre operasi *sectio caesarea* yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan, sehingga memperlancar jalannya operasi.

5.2.3 Bagi Rumah Sakit Mardi Waluyo

Hasil penelitian ini diharapkan Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Blitar dapat membuat SOP atau prosedur tetap berkaitan dengan terapi relaksasi *benson*, serta mensosialisasikan manfaat terapi tersebut pada pasien pre operasi *sectio caesarea* sehingga kelancaran operasi dapat diwujudkan.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang perbandingan tingkat kecemasan dengan berbagai macam pemberian terapi lain.