

## 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.