

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. Tingkat kecemasan sebelum diberikan sebelum diberikan edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan sebagian besar mengalami kecemasan berat.
2. Tingkat kecemasan setelah diberikan edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok kontrol mengalami kecemasan sedang dan pada kelompok perlakuan mengalami kecemasan ringan.
3. Terdapat pengaruh pemberian edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea* kelompok perlakuan.

#### 5.2 Saran

1. Bagi Rumah Sakit  
Rumah Sakit dapat menerapkan edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam di dalam standar operasional prosedur untuk mengurangi kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea*.
2. Bagi Institusi  
Institusi dapat menjadikan edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam menjadi media dalam proses belajar mengajar.
3. Bagi Responden  
Responden dapat memperoleh edukasi sehingga informasi mengenai persiapan pre operasi dapat terserap dengan optimal dan dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi kecemasan atau ketegangan sesuai dengan kebutuhan, contohnya saat merasa nyeri atau takut dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea* atau pre operasi semua jenis bedah dengan intervensi edukasi suportif dan teknik relaksasi napas dalam disarankan untuk penambahan waktu untuk melakukan intervensi

edukasi dan dengan waktu yang tenang untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam agar responden dapat meresapi lebih dalam.