

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan di rumah pasien, pengalaman Tingkat nyeri yang dirasakan Tn. S sebelum melakukan relaksasi benson di dapatkan skala nyeri 5 sedangkan pada Ny. M sebelum melakukan relaksasi benson di dapatkan skala nyeri 6. Setelah di lakukan terapi relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut pada Tn.S di dapatkan skala nyeri 2 sedangkan pada Ny. M di dapatkan skala nyeri 3.

Dari hasil penelitian sebelum dan setelah di lakukan relaksasi benson pada kedua responden di atas, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa terapi relaksasi benson efektif untuk menurunkan nyeri.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Masyarakat**

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi bagi masyarakat tentang cara non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien gastritis

##### **5.2.2 Bagi puskesmas oesapa**

Diharapkan bagi tenaga kesehatan yang bekerja di puskesmas oesapa untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis

baik secara farmakologis maupun non farmakologis.

##### **5.2.3 Bagi Peneliti selanjutnya**

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk mencari cara lain untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis yang bisa dilakukan secara mandiri dan tidak merugikan pasien seperti kompres hangat ataupun hal lain yang bisa menurunkan nyeri