

BAB IV

PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari jurnal Menurut McCaffery (2019) dalam Arwan (2021), bahwa relaksasi merupakan metode yang efektif terutama pada pasien yang mengalami nyeri kronis. Latihan pernafasan dan teknik relaksasi menurunkan konsumsi oksigen, frekuensi pernafasan, frekuensi jantung, dan ketegangan otot, yang menghentikan siklus nyeri ansietas ketegangan otot. Teori lain yang mendukung bahwa teknik relaksasi napas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri adalah teori Huges dkk (2025). karya tulis ilmiah dengan judul " Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan *Post Menopause Bleeding* Ruang Edulweis RSUD. Prof. W. Z. Johannes Kupang " secara langsung dan komprehensif meliputi aspek biopsikososial keperawatan dengan pendekatan implementasi teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi nyeri pada masalah *Post Menopause Bleeding*.

Hasil pengkajian yang didapat dari kasus yaitu Pengkajian pada klien dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Januari 2027 Pukul 10.30 WITA. menunjukkan adanya tanda dan gejala yaitu nyeri di perut bagian bawah, Diagnosa keperawatan Pada pene-
gakkan diagnosa keperawatan ditemukan diagnosa keperawatan nyeri akut. Di dalam teori muncul 6 diagnosa keperawatan namun yang diambil dengan teori ada 1 diagnosa keperawatan, Perencanaan. Hasil yang diperoleh dari intervensi yang dilakukan oleh peneliti baik intervensi yang dilakukan secara mandiri maupun kolaborasi seperti Identifikasi lokasi, karakteristik nyeri, durasi, frekuensi, intensitas nyeri. berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, identifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan, Pelaksanaan (Implementasi) keperawatan dilakukan berdasarkan perencanaan diagnosa keperawatan yang dibuat seperti mengkaji nyeri. mengajarkan teknik relaksasi napas dalam dan imajinasi terbimbing, Mengukur tekanan darah dan suhu pasien, menghitung nadi dan pernafasan, menganjurkan pada pasien agar meningkatkan waktu istirahat nya, Evaluasi yang dilakukan oleh peneliti pada klien selama 3 hari

4.2 Saran

A. Bagi Klien/Pasien

Diharapkan klien kooperatif dalam menjalani proses asuhan keperawatan yang diberikan, menjalankan pola hidup yang sehat.

B. Bagi keluarga

Peran keluarga sangat penting dalam meningkatkan derajat kesehatan klien, pada penatalaksanaan *Post Menopause Bleeding* keluarga berperan dalam memantau makan makan yang di makan oleh pasien sesuai anjuran dokter. menerapkan pola hidup.

C. Bagi Peneliti

Hasil dari karya tulis ilmiah ini diharapkan bisa menjadi gambaran dalam upaya memberikan asuhan keperawatan pada klien *Post Menopause Bleeding* dengan tepat. peneliti selanjutnya diharapkan dapat menguasai konsep teori tentang penyakit *Post Menopause Bleeding* tersebut. Selain itu peneliti juga harus melakukan pengkajian dengan tepat dan akurat agar asuhan keperawatan dapat tercapai sesuai dengan masalah yang ditemukan pada klien. Begitupun untuk menegakkan diagnosa keperawatan peneliti harus lebih teliti lagi dalam menganalisis data mayor maupun data minor baik yang data subjektif dan data objektif agar memenuhi validasi diagnosis yang terdapat dalam Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI). Pada intervensi keperawatan diharapkan merumuskan kriteria hasil sesuai dengan buku panduan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)