

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan penulis di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan terkait upaya menurunkan intensitas nyeri akut pada pasien Tn. F dengan diagnosa medis *Low Back Pain* (LBP), dapat disimpulkan:

- a. Pada pasien dengan LBP didapatkan hasil pengkajian yaitu adanya masalah pada hasil pemeriksaan fisik, fungsi spiritual, sistem pencernaan, fungsi saraf kranial dan fungsi motorik, serta sistem muskuloskeletal.
- b. Ada dua diagnosa keperawatan yang bisa diangkat dalam kasus ini yaitu nyeri akut berhubungan dengan agens cedera fisiologis dan gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan nyeri akut.
- c. Intervensi keperawatan yang bisa digunakan untuk menurunkan intensitas nyeri akut adalah pemberian terapi relaksasi benson secara konsisten.
- d. Perawat memberikan implementasi pada pasien dengan LBP yaitu berupa penjelasan terkait manfaat dan tujuan penerapan terapi relaksasi benson kepada pasien serta keluarga, selain itu perawat juga mengajarkan cara melakukan terapi relaksasi benson.
- e. Setelah dilakukan evaluasi terhadap intervensi yang diberikan pasien mampu melakukan terapi relaksasi benson secara mandiri setelah diajarkan, didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi benson dapat mengurangi intensitas nyeri punggung pasien setelah dilakukan beberapa sesi secara rutin. Pasien juga mulai mampu melakukan aktivitas ringan seperti duduk ditempat tidur secara mandiri dan sesekali mencoba untuk berdiri setelah dilakukan terapi relaksasi benson. Hal ini dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri akut akibat LBP dapat berkurang dari skala 4 menjadi skala 2 dengan pemberian terapi relaksasi benson secara rutin dan konsisten. Pasien dan keluarga juga mendapatkan pengetahuan tambahan untuk mengatasi nyeri punggung jika muncul kembali.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien/Keluarga

Diharapkan pasien bisa terus melakukan latihan terapi relaksasi benson tersebut untuk mengurangi intensitas nyeri akut akibat LBP sehingga

diharapkan dengan intensitas nyeri berkurang maka pasien bisa melakukan aktivitas ringan secara mandiri. Sementara untuk keluarga diharapkan dapat memahami kondisi pasien dan memberikan dukungan untuk meningkatkan kemandirian pasien dalam mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan dan tetap aktif bermobilisasi untuk mencegah kekakuan otot. Keluarga diharapkan dapat membantu pasien untuk melakukan sedikit aktivitas yang melibatkan fisik pasien setiap harinya secara perlahan. Keluarga juga diharapkan dapat membantu dalam pemberian terapi relaksasi benson di rumah seperti menyediakan fasilitas lingkungan yang tenang atau sekedar menemani pasien saat proses terapi dilakukan.

5.2.2 Bagi Institusi

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah bahan kepustakaan di institusi tempat peneliti belajar yang bisa digunakan untuk acuan dalam kegiatan proses belajar mengajar.

5.2.3 Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman penulis dalam bidang keperawatan terhadap intervensi pada klien dengan *Low Back Pain* (LBP) untuk mengurangi intensitas nyeri akut.