

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka simpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut :

- 5.1.1 Skala nyeri sebelum 1,29 dan sesudah 0,43 dilakukan perlakuan latihan isotonik dan isometrik didapatkan nilai rata-rata penurunan skala nyeri dengan nilai signifikan $p(0,009) < \alpha = 0,05$.
- 5.1.2 Skala nyeri sebelum 4,14 dan sesudah 4,28 pada kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata peningkatan skala nyeri dengan nilai signifikan $p(0,604) > \alpha = 0,05$.
- 5.1.3 Ada pengaruh latihan isotonik dan isometrik terhadap penurunan nyeri pada pasien *post* operasi fraktur ekstermitas atas di RSUD Ulin Banjarmasin dengan nilai $< \alpha = 0,05$.

5.2 Saran

Berdasarkan uraian di atas, maka saran yang dapat peneliti berikan sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Responden

Untuk memberikan masukan kepada pasien dan keluarga bahwa penanganan nyeri selain terapi farmakologi tetapi ada juga terapi nonfarmakologi, yaitu latihan isotonik dan isometrik yang dapat mudah dilakukan secara mandiri tanpa harus dibantu oleh perawat. Dan tidak perlu harus selalu menggunakan obat apabila mengalami nyeri selama nyeri masih dirasa tidak terlalu berat. Responden bisa melakukan latihan isotonik dan isometrik.

5.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Untuk mengoptimalkan intervensi keperawatan mandiri untuk mengurangi ataupun menurunkan rasa nyeri khususnya pada pasien fraktur *post* operasi ekstermitas atas di ruang Orthopedi RSUD Ulin Banjarmasin.

5.2.3 Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan menambah pengalaman untuk mengurangi rasa nyeri dengan cara nonfarmakologi yaitu teknik latihan isotonik dan isometrik pada pasien fraktur *post* operasi ekstermitas atas di ruang Orthopedi RSUD Ulin Banjarmasin.

5.2.4 Bagi Peneliti Lain

5.2.4.1 Penelitian ini dapat membuka atau mengembangkan peneliti baru tentang tindakan non farmakologi untuk menurunkan skala nyeri pada pasien fraktur *post* operasi ekstermitas atas.

5.2.4.2 Perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut dan lebih banyak responden agar dapat lebih efektif dalam mengembangkan teknik latihan isotonik dan isometrik dalam menurunkan skala nyeri.

5.2.4.3 Jadikan hasil penelitian ini sebagai acuan yang lebih spesifik lagi dalam mengambil populasi dan sampel, desain penelitian serta alat ukur yang lebih bervariasi.