

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Riview jurnal dilakukan terhadap 5 penelitian sebelumnya yaitu peneliti pertama yang ditulis oleh Nuryanti Erni, Abidin M Zainal & Normawati Ajeng Titah yang berjudul “Pengaruh Tehnik Relaksasi Terhadap Penurunan Nyeri Epigastrium Pada Pasien Gastritis (2020).”, peneliti kedua yang ditulis oleh Iwayan Sopetran yang berjudul “Efektivitas Penggunaan Tehnik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Rumah Sakit Daerah Madani Palu (2016).”, peneliti ketiga yang ditulis oleh Chandra Sulistyorini, Siti Mukaromah, Femi Tari Pongsibidang yang berjudul “Efektvitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gastritis (2019).”, peneliti keempat yang ditulis oleh Andinna Dwi Utami & Imelda Rahmayunia Kartika yang berjudul “Terapi Komplementer Guna Menurunkan Nyeri Pasien Gastritis (2018).”, dan peneliti kelima yang ditulis oleh Fadli, Resky, Andi Sastria yang berjudul “Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis (2019)”.

Sumber pencarian jurnal pada penelitian ini adalah Google Scholar, Pubmed, dan portal garuda jurnal, artikel yang diterbitkan dari tahun 2016-2020. Kelima jurnal tersebut sama-sama membahas proses penyembuhan gastritis namun dengan teknik yang berbeda dengan tujuan yang sama untuk

mengetahui dan melakukan penyakit gastritis dan berfokus kepada proses penurunan nyeri pada gastritis.

Berdasarkan hasil Systematic Review yang telah dilakukan tentang penyakit gastritis ditemui adanya terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri dengan tehnik relaksasi, tehnik telaksasi otot progresif, Terapi Komplementer, pengaruh terapi dzikir.. Terapi tersebut baik dilakukan untuk mempercepat penurunan nyeri pada gastritis dan memiliki kelebihan dan kelemahan tersendiri setiap terapi tersebut.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi penderita

Bagi pasien Gastritis disarankan mampu mengetahui cara untuk menurunkan rasa nyeri, yang mudah dan dapat dilakukan.

5.2.2 Bagi Keluarga

Diharapkan untuk keluarga agar selalu mengawasi dan memotivasi pasien dan ikut terlibat dalam pelaksanaan terapi yang mudah dan dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri .

5.2.3 Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan agar dapat dijadikan sebagai bahan pelayanan kesehatan khususnya bagi perawat untuk pengetahuan dan sumber informasi tentang pengaruh pengetahuan dan sikap perawat terhadap teknik relaksasi otot progresif.

5.2.4 Bagi instansi pendidikan

Diharapkan kepada instansi pendidikan untuk menambah wawasan mahasiswa tentang teknik-teknik relaksasi otot progresif sehingga dapat dijadikan acuan dalam memberikan pelayanan kesehatan khususnya penurunan nyeri pada pasien.

5.2.5 Bagi penulis

Bagi penulis diharapkan dapat sebagai sumber informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan di masa yang akan datang khususnya tentang teknik relaksasi dengan baik.

5.2.6 Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan meneliti terapi lain sehingga dapat memperkaya hasil penelitian pada jenis terapi untuk menurunkan rasa nyeri dan diharapkan menjadi Evidence Based Nursing (EBN) dalam melakukan penelitian selanjutnya terutama untuk mengontrol faktor yang memengaruhi peningkatan rasa nyeri .