

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien *abdominal pain* di Ruang Rawat Inap Tirza Siloam Hospital Mampang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pasien yang diberikan teknik relaksasi genggam jari mengalami penurunan intensitas nyeri yang lebih signifikan dibandingkan pasien yang hanya mendapatkan terapi standar ruangan.
2. Penurunan nyeri pada kelompok intervensi terjadi secara bertahap dan konsisten selama tiga hari penerapan, dari kategori nyeri sedang menjadi nyeri ringan.
3. Teknik relaksasi genggam jari efektif sebagai intervensi non-farmakologis dalam manajemen nyeri pada pasien gangguan gastrointestinal, khususnya dyspepsia
4. Penerapan teknik relaksasi genggam jari mudah dilakukan, aman, tidak memerlukan alat khusus, serta dapat diterapkan sebagai terapi komplementer dalam praktik keperawatan klinik.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat menerapkan teknik relaksasi genggam jari sebagai bagian dari intervensi keperawatan non-farmakologis dalam manajemen nyeri, khususnya pada pasien abdominal pain dan dyspepsia, guna meningkatkan kenyamanan pasien.

5.2.2 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Rumah sakit diharapkan dapat memasukkan teknik relaksasi genggam jari ke dalam standar asuhan keperawatan atau SOP manajemen nyeri sebagai terapi komplementer yang aman dan efektif.

5.2.3 Bagi tenaga kesehatan yang akan melakukan EBN selanjutnya

- 5.2.3.1 Diharapkan dapat melakukan penerapan EBN dengan menggunakan responden sebagai kelompok kontrol sehingga penerapan hasil EBN dapat dibandingkan.