

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka peneliti berkesimpulan bahwa:

1. Skala nyeri dada pada pasien Infark Miokard sebelum diberikan teknik relaksasi *Slow deep breathing* adalah rata-rata sebesar 7,83 sedangkan skala nyeri dada pada pasien Infark Miokard sesudah diberikan teknik relaksasi *slow deep breathing* adalah rata-rata sebesar 5,50, dengan nilai *p value* sebesar 0,000 ($<\alpha$ 0,05)
2. Skala nyeri dada pada pasien Infark Miokard sebelum diberikan teknik relaksasi Benson adalah sebesar 8,0 sedangkan skala nyeri dada pada pasien sesudah diberikan teknik relaksasi Benson adalah sebesar 5,33, dengan nilai *p value* sebesar 0,000 ($<\alpha$ 0,05).
3. Teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi Benson efektif dalam menurunkan skala nyeri dada pada pasien infark miokard dengan nilai beda *mean* dari kedua nilai rata-rata tersebut adalah 0,333 dan diperoleh nilai *p value* sebesar 0,290 ($>\alpha$ 0,05) artinya tidak ada perbedaan yang signifikan penurunan skala nyeri dada pada pasien infark miokard antara yang mendapat relaksasi benson dengan teknik *slow deep breathing* sehingga dapat disimpulkan bahwa relaksasi benson dengan teknik *slow deep breathing* efektif digunakan untuk menurunkan skala nyeri dada pada pasien infark miokard.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian tersebut maka peneliti menyarankan kepada:

1. Rumah Sakit

Rumah sakit perlu menetapkan kebijakan bahwa setiap perawat menerapkan prosedur *slow deep breathing* dan relaksasi Benson melalui penetapan Standar Operasional Prosedur.

2. Bagi keperawatan

Pentingnya pengetahuan perawat tentang mekanisme yang terjadi selama proses intervensi relaksasi sehingga perawat akan mampu memberikan intervensi keperawatan yang dapat diterima oleh pasien dan sejawat profesi lain khususnya dokter. Selain itu perawat akan mampu meningkatkan kemampuan dalam mengatasi nyeri dada pada pasien infark miokard.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian perbedaan efektifitas pemberian relaksasi *slow deep breathing* dibandingkan dengan pemberian analgetik.

DAFTAR PUSTAKA

- Black & Hawks. 2009. *Medical Surgical Nursing Clinical Management for Positive Outcomes*. 8 th Edition. St Louis Missouri: Elsevier Saunder
- Breathesy, 2007. *Blood Pressure Reduction*. Frequently Asked Questions.
- Depkes. R.I. 2010. *Survey Kesehatan Nasional. Laporan Studi Mortalitas: Pola Penyakit Penyebab Kematian di Indonesia*. Badan Litbang Depkes. R.I Jakarta.
- Downey. 2009. *The Effect of Deep Breathing Training on Pain Management in The Emergency Departmen*. *Southern Medical Journal*, (102), 688-692
- Fatimah, S. & Setiawan, R. 2009. *Fisiologi Kardiovaskular Berbasis Masalah Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Geng & Ikiz. 2009. *Effect of Deep Breathing Exercises on oxygenation after head and neck surgery*. Elsevier Mosby
- Guyton. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran, Edisi 11*. Jakarta; EGC.
- Hastono, S.P. 2007. *Analisis data kesehatan*. Depok: Fakultas kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Hidayat. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
-2012. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia; Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Ismonah 2014. Pengaruh Slow Deep Breathing terhadap intensitas nyeri ORIF di RS Tegal \rejo Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Ilmu Kebidanan*.
- Jerath et al, 2006. Physiology of long pranayamic breathing : Neural respiratory elements may provide a mechanism that explains how slow deep breathing shifts the autonomic nervous system, *Medical Hypothesis*, 67, 566-571
- Jeremy. 2010. *At a Glance Sistem Kardiovaskular*. Jakarta; Erlangga.
- Joseph et al, 2006. *Slow breathing improves arterial baroreflex sensitivity and decreases blood pressure in essential hypertension*. *AHA Journals*, 4(6), 714-718
- Kozier et al, 2010. *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses, dan praktik (7 ed., Vol. II)*. Jakarta: EGC

- Larson & Jane. 2004. *Relaxation Treatment of Adolescent Headache Sufferers : Results From a School-Based Replication Series*, <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?vid=5&hid=111&sid=76de80e5-5527-4f6d>
- Martini. 2006. *Anatomi dan Fisiologi Dasar. Edisi 7*, Pearson: Benjamin Cummings
- Mitchell, 2013. Heart-and soul healing, www. Dr. Herbert Benson's Relaxation Response _ Psychology Today.htm
- Mulyadi. 2015. Efektifitas Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gejala Nyeri Kepala Di Puskesmas Baki Sukoharjo. *Jurnal Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Notoatmodjo, S 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Perry & Potter. 2009. *Fundamental Keperawatan Buku 3 Edisi 7*. Jakarta; Salemba Medika
- Prasetyo. 2010. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Price & Wilson. 2009. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Perjalanan Penyakit, 6th ed. Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Risikesdas. 2013. *Riset Kesehatan dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kemenkes R.I 2013.
- Smeltzer & Bare. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah*. Jakarta; EGC
- Sudiharto & Sartono. 2008. *Basic Trauma Cardiac Life Support*. Jakarta. CV Sagung Seto.
- Sudoyo. 2010. *Ilmu Penyakit Dalam, Jilid II Edisi V*. Interna Publishing. Jakarta; EGC
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung. Alfabeta
- Sunaryo & Lestari. 2014. Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Kiri Pada Pasien Acute Myocardial Infarc di RS Dr Moewardi Surakarta. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 4, No 2, November 2015*, hlm 82-196

- Tabrani. 2008. Agenda Gawat Darurat (*Critical Care*), jilid 2. PT. Alumni.
- Tarwoto. 2010. Keperawatan Medikal Bedah Sistem Persarafan. Jakarta; Sagung Seto
- Thaler. 2009. Iskemia dan infark miokardium. Dalam: Saru-satunya Buku EKG yang Anda Perlukan. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Velkumary & Madanmohan. 2004. Effect of Short-term Practice of Breathing Exercise on Autonomic Function in Normal Human Volunteers. *Indian Journal Respiration*, (120), 115-121.
- WHO.2008. The Ten Top Causes of Death. www.who.int/whr/.