

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *slow deep breathing* terhadap nyeri akut pada cedera kepala ringan di Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang Tahun 2024, dapat disimpulkan bahwa :

1. Diketahui rata-rata skala nyeri sebelum diberikan *slow deep breathing* pada pasien cedera kepala ringan di Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang adalah 6,15 dimana responden mengalami nyeri sedang.
2. Diketahui rata-rata skala nyeri setelah diberikan *slow deep breathing* pada pasien cedera kepala ringan di Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang adalah 2,20 dimana responden mengalami nyeri ringan.
3. Diketahui adanya pengaruh *slow deep breathing* terhadap nyeri akut pada pasien cedera kepala ringan di Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang

Diharapkan bagi Rumah Sakit Tk.III Dr.Reksodiwiryio Padang khususnya perawat memberikan intervensi keperawatan terhadap pasien nyeri akut pada cedera kepala ringan dengan melakukan *slow deep breathing* yang bertujuan untuk menurunkan skala nyeri.

2. Bagi STIKes Alifah Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif dalam penurunan skala nyeri menggunakan teknik non farmakologis dengan menggunakan teknik *slow deep breathing* pada pasien cedera kepala ringan serta dapat diajarkan kepada mahasiswa yang sedang menempuh jenjang Pendidikan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan peneliti selanjutnya agar *slow deep breathing* bisa dikombinasikan dengan intervensi lain seperti *massage* guna untuk menurunkan skala nyeri.
- b. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk menambahkan jumlah sampel dan melakukan penelitian pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol agar data yang diperoleh lebih sempurna.

