

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan penulisan yang telah dilakukan kepada Ny.S didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Tingkat nyeri sebelum diberikan aplikasi teknik relaksasi autogenik pada Ny.S adalah 4 yaitu nyeri sedang dengan pengukuran intensitas nyeri deskriptif (joko susanto)
2. Implementasi Pemberian teknik relaksasi autogenik ini dilakukan 3 hari berturut-turut pada saat malam hari selama 20-30 menit.
3. Evaluasi pada hari ketiga pada 22 mei 2021 Ny.S mengatakan nyeri kepala sedikit berkurang dengan nilai tingkat nyeri 3 yaitu nyeri ringan dengan menggunakan pengukuran intensitas nyeri deskriptif (joko susanto)
4. Terdapat pengaruh pemberian teknik relaksasi autogenik terhadap keluhan nyeri pada Ny.S

5.2 Saran

1. Bagi masyarakat teknik relaksasi autogenik dapat digunakan sebagai salah satu pengobatan alternatif atau nonfarmakologis untuk keluhan nyeri dengan hipertensi
2. Bagi ilmu pengetahuan hasil penelitian ini bisa dijadikan masukan atau informasi dan menambah referensi bagi ilmu pengetahuan mengenai teknik relaksasi autogenik
3. Bagi penulis selanjutnya disarankan untuk mengukur nyeri pada hipertensi dengan tambahan faktor asupan responden