

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Nilai tengah kecemasan pada pasien preoperasi sectio sesaria sebelum diberikan relaksasi otot progresif adalah 15 pada rentang skor 5-30, dengan skor kecemasan paling rendah adalah 15 dan skor kecemasan tertinggi adalah 18.
2. Nilai tengah kecemasan pada pasien preoperasi sectio sesaria sesudah diberikan relaksasi otot progresif adalah 8 pada rentang skor 5-30, dengan skor kecemasan paling rendah adalah 5 dan skor kecemasan tertinggi adalah 13.
3. Ada perbedaan kecemasan pasien preoperasi sectio sesaria sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi otot progresif.

#### **B. Saran**

1. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit membuat kebijakan dalam menurunkan kecemasan pada pasien preoperasi sectio sesaria melalui upaya keperawatan dengan melatih perawat dalam kompetensi penerapan tehnik relaksasi otot progresif.

## 2. Bagi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan menyusun standar kompetensi relaksasi otot progresif dan menjadi bagian skill lab untuk dilatihkan kepada mahasiswa keperawatan sebagai bagian dari pengelolaan pasien yang mengalami kecemasan.

## 3. Bagi pasien

Pasien preoperasi sectio sesaria penting untuk memiliki pengetahuan dan kemampuan secara mandiri tentang pengelolaan kecemasan agar pasien menyadari bahwa mereka harus hidup menjalani operasi untuk keselamatan janin dan dirinya sendiri.