

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan *Slow Deep Breathing* (SDB) terhadap skala nyeri pada pasien *post op* Apendisitis di RSUD Sleman Yogyakarta.
2. Ada pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan *Slow Deep Breathing* (SDB) pada skala kecemasan pada pasien *post op* Apendisitis di RSUD Sleman Yogyakarta.

B. Saran

1. Rumah sakit perlu memberikan penyuluhan dan mengajarkan latihan *Slow Deep Breathing* pada pasien pasca bedah
2. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang latihan *Slow Deep Breathing* untuk melihat penurunan nyeri dan kecemasan dengan jumlah

sampel yang lebih besar lagi dengan jangka waktu yang lebih lama dalam melakukan intervensi.

3. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan time series dengan melihat Quarter agar bisa melihat perubahan setiap kali intervensi.