

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Hasil *review* menunjukkan tindakan penggunaan *birthing ball* selama kehamilan trimester 3 dan saat proses persalinan efektif dalam menurunkan nyeri persalinan.
2. Hasil *review* menunjukkan bahwa *birthing ball* mampu menurunkan nyeri persalinan setelah diberikan terapi *birthing ball* pada kala I fase aktif persalinan selain itu juga mempersingkat durasi persalinan, meningkatkan efikasi diri ibu bersalin, mengurangi penggunaan obat analgesia ataupun epidural saat proses persalinan, mampu meredakan kecemasan ibu dan meningkatkan kenyamanan ibu saat proses bersalin, serta *birthing ball* aman digabungkan atau dikombinasikan dengan metode non-farmakologis yang lain.
3. Hasil *review* menunjukkan *birthing ball* terbukti efektif terhadap penurunan nyeri persalinan karena stimulasi vibrasi pada penggunaan *birthing ball* membuat pesan dari impuls nyeri yang berjalan dari uterus berlawanan secara lebih kuat sehingga hal ini menutup *gate* di substansia gelatinosa sehingga pesan nyeri terblokir maka penggunaan *birthing ball* efektif digunakan oleh ibu saat bersalin.

5.2 Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas *birthing ball* terhadap nyeri persalinan dengan menggunakan data primer sehingga dapat memaparkan fakta yang terjadi tentang efektivitas *birthing ball* terhadap nyeri persalinan.

2. Bagi institusi pendidikan

Menjadikan hasil Studi Literatur ini sumber rujukan dalam proses belajar mengajar di kelas maupun di wahana praktik khususnya topik efektivitas *birthing ball* terhadap nyeri persalinan

3. Bagi tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan bacaan atau dasar ilmiah yang bisa digunakan oleh tenaga kesehatan khususnya bidan dalam memberikan intervensi kepada ibu bersalin