

BAB V

PENUTUP

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah ada, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran sebagai berikut:

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Sri Sulami, S.Tr.Keb pada periode September - Juli 2019 maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sebelum dilakukan *pelvic rocking exercise*, 23,1% berada pada skala nyeri berat dan 76,9% berada pada skala nyeri sedang.
- 5.1.2 Tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif setelah dilakukan *pelvic rocking exercise*, 76,9% berada pada skala nyeri sedang dan 23,1% berada pada skala nyeri ringan.
- 5.1.3 Sehingga dapat disimpulkan bahwa *pelvic rocking exercise* dapat mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif ketika dilakukan sebagai tindakan tunggal dan tidak ada pengaruh *pelvic rocking exercise* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin ketika disandingkan dengan relaksasi nafas dalam.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Ibu Bersalin

Dari hasil penelitian ini disarankan agar ibu mendapatkan asuhan mengenai *pelvic rocking exercise* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif agar ibu bisa .memanajemen rasa nyerinya sehingga dapat teriptanya proses melahirkan yang aman dan nyaman.

5.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelelitian ini disarankan agar tenaga kesehatan khususnya bidan dapat menerapkan teknik untuk mengurangi nyeri dengan cara nonfarmakologis.

5.2.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini disarankan agar dalam pemberian pendidikan kesehatan dapat menerapkan pentingnya mengatasi nyeri dengan cara nonfarmakologis. Sehingga mahasiswa kebidanan dapat memhami dan menerapkan pengurangan nyeri dengan cara nonfarmakologis.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini disarankan bagi peneliti selanjutnya adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengendalian rasa nyeri seara nonfarmakologi dengan lebih memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa nyeri secara subjektif.