

BAB 5

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Asuhan keperawatan pada studi kasus Karya Ilmiah Akhir Ners ini diterapkan pada dua pasien inpartu yaitu Ny. T.M dan Ny. V.M dengan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada kedua pasien yaitu nyeri melahirkan berhubungan dengan dilatasi serviks ditandai dengan mengeluh nyeri dan perinium terasa tertekan. Intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan berdasarkan pada SIKI adalah manajemen nyeri dengan penerapan teknik relaksasi napas dalam. Sebelum penerapan teknik relaksasi napas dalam kedua responden dalam kategori nyeri berat terkontrol. Setelah penerapan teknik relaksasi napas dalam kedua responden dalam kategori nyeri sedang. Penerapan teknik relaksasi napas dalam efektif terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien dengan nyeri persalinan kala 1 aktif.

5.2. Saran

1) Bagi Pasien/Ibu Bersalin

Ibu bersalin, khususnya yang berada pada fase aktif kala I, disarankan untuk mengikuti edukasi antenatal tentang teknik relaksasi napas dalam sejak masa kehamilan trimester akhir. Teknik ini terbukti membantu mengurangi nyeri secara signifikan dan dapat dilakukan secara mandiri. Ibu juga diharapkan aktif bekerja sama dengan tenaga kesehatan selama proses persalinan dan terbuka untuk menggunakan teknik nonfarmakologis guna menciptakan pengalaman melahirkan yang lebih nyaman dan terkendali.

2) Bagi Perawat

Perawat dan bidan memiliki peran sentral dalam mendampingi dan membimbing ibu bersalin saat melakukan teknik relaksasi napas dalam. Oleh karena itu, tenaga kesehatan disarankan untuk memberikan edukasi yang berkelanjutan dan melakukan demonstrasi langsung teknik ini sejak

masa kehamilan. Selain itu, tenaga kesehatan perlu meningkatkan keterampilan komunikasi terapeutik dan pendekatan empatik agar ibu merasa didukung, terutama bagi primipara yang rentan cemas dan kesulitan mengelola nyeri.

3) Bagi Fasilitas Kesehatan

Fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti Puskesmas perlu menjadikan teknik relaksasi napas dalam sebagai bagian dari standar operasional prosedur (SOP) manajemen nyeri persalinan. Hal ini dapat dilakukan dengan menyediakan modul edukasi, media visual praktik napas dalam, dan pelatihan terstruktur bagi tenaga kesehatan. Selain itu, penting juga untuk mendokumentasikan hasil intervensi ini agar menjadi bahan evaluasi dan dasar perbaikan pelayanan kebidanan yang lebih humanis dan berbasis bukti (*evidence-based practice*).

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan studi dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain kuantitatif eksperimental agar dapat menguji efektivitas teknik relaksasi napas dalam secara statistik. Disarankan pula untuk membandingkan teknik ini dengan metode nonfarmakologis lainnya (misalnya, aromaterapi, *counterpressure*, atau *music therapy*), serta mengkaji dampaknya tidak hanya pada intensitas nyeri, tetapi juga pada durasi persalinan, kecemasan, dan outcome neonatal. Penelitian lanjutan juga dapat memperluas konteks ke berbagai wilayah dan tingkat fasilitas pelayanan kesehatan untuk menguji generalisasi hasil.