

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa yang telah dilakukan terhadap 20 orang ibu nifas di Santosa Hospital Bandung Kopo maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan usia subjek dibagi menjadi beberapa kelompok usia yakni usia <35 tahun sebanyak 18 orang (90%) dan usia >35 tahun sebanyak 2 orang (10%).
2. Berdasarkan paritas subjek dibagi menjadi *primipara* sebanyak 10 orang (50%) dan *multipara* sebanyak 10 orang (50%).
3. Dari 20 subjek yang diteliti didapatkan bahwa terdapat rata-rata skor nyeri pada saat pretes sebesar 7.25 poin dan rata-rata skor nyeri saat postes sebesar 2.20 poin dimana penurunan sebesar 5.05 poin dari pretes ke postes.
4. Didapatkan nilai ρ value 0,000 (ρ value < α = 0,05) artinya terdapat perubahan bermakna sebelum dan setelah diberikan *kegel exercise* terhadap skala nyeri luka perineum pada ibu nifas sehingga dapat disimpulkan bahwa *kegel exercise* dapat mengurangi nyeri luka perineum.

B. Saran

1. Bagi Santosa Hospital Bandung Kopo

Diharapkan *kegel exercise* dapat digunakan oleh Bidan dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas di Santosa Hospital Bandung Kopo khususnya pada ibu nifas yang mengalami *rupture perineum*.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat dijadikan salah satu pengembangan keterampilan klinis.

3. Bagi Peneliti lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan atau referensi penelitian selanjutnya serta dapat lebih dikembangkan kembali.