

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukannya *review* dari 10 *literature*, terdapat beberapa jenis teknik pernafasan yang digunakan didalamnya. Meskipun berbeda jenis pernafasannya, masing – masing teknik mampu menurunkan intensitas nyeri ibu inpartu pada kala I persalinan. Teknik pernafasan juga disinyalir lebih sederhana, aman, tidak memerlukan biaya yang mahal dan membuat ibu dapat mengendalikan dirinya dalam mengatasi rasa nyeri persalinan.

Pada hakikatnya nyeri persalinan merupakan suatu peristiwa yang fisiologis dialami oleh ibu inpartu. Nyeri persalinan akan semakin meningkat seiring bertambahnya pembukaan persalinan dan pasti menimbulkan ketidaknyamanan untuk ibu inpartu sehingga perlu dilakukan sebuah intervensi tertentu untuk membantu ibu mengatasi ketidaknyamanan tersebut. Dalam mengevaluasi durasi penilaian intensitas nyeri setelah diberikan latihan pernafasan memang berbeda – beda sesuai ketentuan masing – masing peneliti. Meskipun berbeda, durasi tidak mempengaruhi hasil dan tetap membuktikan teknik pernafasan dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu inpartu primigravida. Dengan dilakukanya intervensi berupa latihan pernafasan selama kala I terbukti dapat mengurangi intensitas nyeri persalinan. Namun, sayangnya teknik pernafasan mulai sulit dipertahankan saat pembukaan 8 – 10 cm sehingga perlu diperhatikan untuk adanya

pendampingan bidan didekat ibu sebagai bentuk dukungan secara langsung dari bidan terhadap ibu inpartu selama proses persalinan.

Berdasarkan *literature review* dari 10 jurnal penelitian, didapatkan hasil bahwa teknik pernafasan berpengaruh terhadap intensitas nyeri pada ibu inpartu primigravida selama kala I persalinan.

5.2 Saran

Diharapkan ibu inpartu primigravida dapat memilih metode teknik pernafasan sebagai metode non – farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan selama kala I persalinan karena berdasarkan hasil literatur yang telah direview oleh peneliti teknik pernafasan terbukti mampu membantu ibu inpartu primigravida dalam mengatasi ketidaknyamanan akibat nyeri persalinan dengan menurunkan intensitas nyeri ibu selama kala I persalinan.

Dengan bertambahnya literatur mengenai teknik pernafasan peneliti berharap karya ilmiah studi literatur ini dapat dijadikan literatur yang mendukung proses pembelajaran dan referensi tambahan untuk penelitian.

Apabila banyak literatur mengenai pengaruh teknik pernafasan terhadap intensitas nyeri ibu inpartu primigravida ditemukan, maka semakin mudah bagi peneliti – peneliti selanjutnya yang ingin memperdalam kajian tersebut sebagai media terapi non – farmakologi yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan.

BAB VI

PENUTUP

Diharapkan penelitian “Karya Ilmiah Studi Literatur” ini dapat dimanfaatkan secara positif, dijadikan literatur yang mendukung proses pembelajaran dan referensi pembandingan untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, diharapkan dengan dilakukannya studi *literature* tentang teknik pernafasan ini dapat menambah wawasan pengetahuan peneliti, menambah keterampilan dalam pembuatan penelitian, dan melatih peneliti untuk menganalisis masalah yang berada dimasyarakat terutama pada ibu inpartu primigravida dalam menghadapi nyeri persalinan. Dengan bantuan penelitian – penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti lain dari beberapa negara, hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi untuk mengetahui kajian pengaruh teknik pernafasan terhadap intensitas nyeri ibu inpartu primigravida untuk media terapi non-farmakologi yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan.