

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

- 7.1.1 Kompres dingin efektif menurunkan nyeri pada ibu primipara kala 1 fase aktif
- 7.1.2 *Massage* punggung efektif menurunkan nyeri pada ibu primipara kala 1 fase aktif
- 7.1.3 Kompres dingin tidak efektif menurunkan nyeri dibandingkan dengan *massage* punggung terhadap respon nyeri pada ibu primipara kala 1 fase aktif di RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe Gorontalo (*Man Whitney U Teast*, $p - \text{value} > 0,005$)

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Pelayanan Kebidanan

Bagi pelayanan kebidanan diharapkan agar mengetahui, mengerti dan memahami serta mengaplikasikan metode *non-farmakologis* sebagai teknik untuk mengurangi nyeri saat persalinan misalnya kompres hangat, hipnoterapi, sentuhan terapeutik, dll.

7.2.2 Bagi Pengembangan Ilmu Kebidanan

Meskipun kompres dingin tidak lebih efektif dibandingkan dengan *massage* punggung diharapkan hasil penelitian ini agar dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan terutama dalam ilmu kebidanan maternitas. Selain itu penelitian ini dapat dipublikasikan secara luas sehingga dapat dijadikan

sumber referensi untuk menambah kajian tentang kompres dingin dan *massage* punggung kaitannya dengan relaksasi serta kenyamanan dalam persalinan

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar lebih mengembangkan penelitian ini dengan menggabungkan teknik – teknik pengurangan nyeri yang lain atau dengan modifikasi, agar benar – benar lebih dimanfaatkan untuk penurunan nyeri, khususnya nyeri bersalin pada ibu primipara kala I fase aktif.

