

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas berupa penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* untuk mengurangi pembengkakan pada payudara dan untuk menurunkan skala bengkak pada payudara, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa dengan teknik kompres daun kubis dan *breast care* selama 30 menit ini dapat menurunkan skala bengkak pada payudara.

B. Saran

1. Bagi Ibu nifas

Sebaiknya ibu nifas yang mengalami pembengkakan pada payudara dapat melakukan kompres daun kubis dan *breast care* secara mandiri sebagai upaya untuk mengurangi nyeri pada bengkak payudara secara berkesinambungan saat bengkak payudara muncul.

2. Institusi Pelayanan

Sebaiknya hasil dari pengkajian ini dapat menjadi bahan masukan bagi bidan praktik swasta dalam upaya meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya asuhan kebidanan pada ibu nifas