

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan mengenai penatalaksanaan asuhan relaksasi nafas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian asuhan teknik relaksasi nafas dalam dapat membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Ibu

Ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan dapat melaksanakan tindakan mandiri relaksasi nafas dalam sebagai upaya untuk menurunkan rasa nyeri.

##### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Mengingat sosialisasi teknik relaksasi nafas dalam di lapangan masih kurang, maka sebaiknya tenaga kesehatan khususnya bidan dapat mengembangkan kemampuan diri dalam melakukan asuhan kebidanan melalui pelatihan sehingga dapat melakukan asuhan kebidanan khususnya pada ibu bersalin.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini sebabnya dapat menjadi sumber informasi bagi lembaga pendidikan dalam rangka pengembangan ilmu kebidanan khususnya materi farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri.

### 4. Bagi Mahasiswa

Asuhan penatalaksanaan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I memerlukan asuhan lanjutan ke wilayah dan responden yang lebih banyak agar dapat mengaplikasikan asuhan ini untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin.

