

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Terapi kompres ice gel (terapi kompres dingin dapat berpengaruh terhadap skala nyeri luka perineum spontan. Dari hasil skala yang dihasilkan diperoleh menurunnya rasa nyeri terhadap luka perineum Ny. A . tetapi tetap saja hal ini juga di pengaruhi oleh mobilisasi dini ibu,psikologi serta aspek dukungan keluarga.

Ice gel dingin lebih efektif dan terbukti dalam menurunkan nyeri luka perineum dari pada kompres hangat, karena efek kompres dingin menyebabkan dampak fisiologis vasokonstriksi pada pembuluh darah, mengurangi rasa nyeri dan merasa nyaman. Ibu nifas dapat menjalani masa nifasnya dengan aman dan nyaman.

B. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan tindakan non-farmakologis (kompres ice gel) dalam manajemen pengurangan rasa sakit setelah melahirkan baik yang mengalami luka robekan spontan ataupun episiotomi agar ibu selama menjalani peran barunya merasa nyaman dan tidak takut untuk melakukan aktifitas sehari-hari
2. Bagi ibu Diharapkan ibu dapat melakukan kompres Ice gel secara mandiri untuk mengurangi intensitas nyeri luka perineum sampai rasa nyeri benar-benar hilang.