

## BAB IV

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 4.1 Kesimpulan

Setelah melakukan telaah pustaka *endorphin massage* Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri persalinan Pada ibu bersalin, adanya perubahan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin. Skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *endorphin massage*. Berdasarkan hasil telaah pustaka dari beberapa jurnal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa efektivitas *endorphin massage* dapat menurunkan Intensitas Nyeri persalinan secara signifikan.

#### 4.2 Saran

Dalam rangka meningkatkan asuhan kebidanan pada kesempatan ini saya memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi ibu

Untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan cara mengurangi nyeri persalinan, salah satunya dengan cara dilakukannya *endorphin massage*

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Bagi Program Studi Kebidanan diharapkan dapat memberikan bekal kompetensi bagi mahasiswa sehingga kedepannya mampu menerapkan asuhan *endorphin massage* untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan.

### 3. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil ini disarankan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi instansi kesehatan dalam rangka meningkatkan kesehatan ibu bersalin melalui penyuluhan pendidikan kesehatan secara berkesinambungan.

