

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan telaah pustaka yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa *Hypnobirthing* efektif terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin

B. Saran

1. Bagi institusi

Diharapkan tenaga kesehatan terutama bidan untuk membantu ibu bersalin dalam mengurangi intensitas nyeri dengan mengajarkan teknik *hypnobirthing*.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil literatur review ini dapat diintegrasikan pada mata kuliah asuhan kebidanan persalinan

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan ibu bersalin untuk melakukan upaya untuk mengurangi nyeri selama proses persalinan dengan menerapkan teknik relaksasi dan *hypnobirthing*.