

## BAB V

### KESIMPULAN & SARAN

#### 1.1.Kesimpulan

Penulis berdasarkan hasil telaah tiga jurnal dan satu asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan dengan penerapan kegel exercise dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian yang didapatkan berdasarkan Analisa data yang ditemukan pada klien Ny.T yaitu S: klien tampak klien mengatakan nyeri pada perineum akibat episiotomi skala 8, ketika bergerak nyerinya seperti cecit-cecitan dan perih. O: klien tampak meringis kesakitan sedangkan menurut SDKI, data yang harus muncul subyektif dan obyektif baik mayor dan minor seperti data *Subyektif* mengeluh tidak nyaman dan data *obyektif* seperti, tampak meringis,, terdapat kontraksi uterus, luka episiotomy, tekanan darah meningkat, frekuensi nadi meningkat, berkeringat berlebihan, merangis/merintih.
2. Diagnosa keperawatan yang diangkat sebagai masalah utama pada pasien *post partum* adalah ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma perineum selama persalinan dan kelahiran dibuktikan dengan mengeluh tidak nyaman, tampak meringis, terdapat kontraksi uterus, luka episiotomy, tekanan darah meningkat, frekuensi nadi meningkat, berkeringat berlebihan dan meringis/merintih
3. Intervensi keperawatan yang dilakukan meliputi: Intervensi yang dilakukan meliputi : intervensi utama : edukasi manajemen nyeri Intervensi pendukung : pemeriksaan perineum, edukasi perawatan perineum terapi kegel exercise. Dari tiga telaah jurnal kegel exercise

terhadap penyembuhan luka perineum dalam waktu 4-7 hari dengan durasi waktu 10-15 menit dilakukan satu kali sehari.

4. Evaluasi keperawatan pasien yang mengalami ketidaknyaman akibat luka perieum berdasarkan telaah 3 jurnal dan 1 asuhan keperawatan menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan terapi kegel exercise dengan hasil luka perineum mengering dalam waktu tujuh hari dan nyeri perineum berkurang dari skala neri 8 menjadi 2

### 1.2 Saran

1. Bagi Institusi Rumah Sakit  
Perawat sebagai pemebri asuhan keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien nifas dengan episiotomi dapat melakukan kegel exercise sebagai salah satu mempercepat penyembuhan luka episiotomy.
2. Bagi Ibu Postpartum  
Ibu-ibu dengan episiotomy untuk menerapkan kegel exercise untuk mempercepat penyembuhan luka dengan mengikuti langkah-langkah yang disampaikan petugas Kesehatan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penerapan langsung kepada pasien sehingga dapat diketahui faktor lain yang dapat empercepat penyembuhan luka episiotomi

