

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Analisis karakteristik ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Puri Adisty menunjukkan bahwa usia, paritas, tingkat pendidikan dan asuransi kesehatan merupakan variabel yang homogen dalam penelitian ini.
2. Terdapat perbedaan rerata yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah perlakuan relaksasi napas pada kelompok kontrol.
3. Terdapat perbedaan rerata yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi pada kelompok intervensi.
4. Terdapat perbedaan rerata yang signifikan pada penurunan skala nyeri persalinan pada kelompok intervensi dibandingkan penurunan skala nyeri persalinan pada kelompok kontrol.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

- a. Bagi Klinik Pratama Puri Adisti dan pelayanan kesehatan lainnya.

Klinik Pratama Puri Adisti dan pelayanan kesehatan lainnya seperti rumah sakit, Bidan Praktik Mandiri dan klinik bersalin, diharapkan dapat mempertimbangkan penggunaan kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan

aromaterapi dalam pelayanan kesehatan maternal, khususnya pada fase persalinan, sebagai alternatif non-farmakologis yang aman dan efektif dalam mengelola nyeri. Penggunaan kombinasi terapi ini diharapkan dapat meningkatkan kepuasan pasien, kualitas pelayanan, serta citra positif pelayanan kesehatan.

b. Bagi Ibu Hamil dan Ibu Bersalin

Ibu hamil dan bersalin diharapkan dapat memanfaatkan kombinasi terapi *Relax Birth* dan aromaterapi sebagai bagian dari upaya persiapan dan pendampingan selama proses persalinan sehingga dapat memberikan efek relaksasi mendalam, menurunkan kecemasan, serta meningkatkan fokus dan ketenangan ibu saat menghadapi kontraksi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan, diharapkan untuk dapat mengintegrasikan penggunaan terapi non-farmakologi ke dalam kurikulum pembelajaran maupun praktik klinik dalam manajemen nyeri persalinan kepada mahasiswa kebidanan. Institusi pendidikan juga dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk mengembangkan kurikulum yang lebih holistik, yang mengintegrasikan pendekatan inovatif dan non-invasif dalam pendidikan kesehatan maternal.

d. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dengan mengembangkan fitur tambahan dalam aplikasi *Relax Birth* seperti video panduan pendamping persalinan, fitur penghitung kontraksi, serta *e-book* yang bermanfaat bagi ibu hamil, bersalin, dan menyusui.