

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas teknik rebozo terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Geyer I, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan ibu bersalin sebagian besar berada pada usia reproduksi sehat dan aman, yaitu rentang 20–35 tahun sebanyak 25 orang (80,6%). Dari aspek paritas, mayoritas responden merupakan kelompok multipara (sudah pernah melahirkan dua kali atau lebih) yaitu sebanyak 14 orang (45,2%). Sementara itu, berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden menempuh pendidikan menengah (SMA) sebanyak 20 orang (64,5%).
2. Nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sebelum diberikan teknik rebozo berada pada rentang minimum 6 dan maksimum 9 dengan rata-rata $7,29 \pm 0,97$. Secara kategori, sebagian besar responden mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 24 responden (77,4%), sedangkan 7 responden (22,6%) mengalami nyeri sedang.
3. Nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sesudah diberikan teknik rebozo berada pada rentang minimum 3 dan maksimum 6 dengan rata-rata $4,77 \pm 0,99$. Berdasarkan kategori, mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu

sebanyak 28 responden (90,3%), diikuti nyeri ringan sebanyak 3 responden (9,7%), dan tidak ditemukan lagi responden dengan nyeri berat.

4. Terdapat penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif setelah diberikan teknik rebozo, uji *Wilcoxon* menunjukkan p-value 0,000 ($p < 0,05$), sehingga teknik rebozo dinyatakan efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Geyer I.

B. Saran

1. Bagi Penulis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam menerapkan asuhan kebidanan berbasis bukti (*evidence based practice*), khususnya dalam penggunaan teknik non-farmakologis seperti teknik rebozo sebagai upaya pengurangan nyeri persalinan. Selain itu, penelitian ini juga menjadi pengalaman nyata dalam mengintegrasikan teori yang diperoleh selama pendidikan dengan praktik di lapangan.

2. Bagi Ibu Bersalin

Ibu bersalin diharapkan dapat memperoleh informasi yang lebih luas mengenai teknik rebozo sebagai salah satu metode non-farmakologis dalam mengurangi nyeri persalinan. Dengan adanya pengetahuan tersebut, ibu diharapkan lebih siap secara fisik dan psikologis dalam menghadapi proses persalinan serta mampu berpartisipasi aktif dalam menentukan metode yang dirasa paling nyaman. Selain itu, komunikasi yang baik dengan tenaga

kesehatan juga diperlukan agar intervensi dapat disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing ibu.

3. Bagi Puskesmas Geyer 1

Puskesmas Geyer I disarankan untuk mempertimbangkan penerapan teknik rebozo sebagai salah satu intervensi non-farmakologis dalam asuhan persalinan kala I fase aktif. Teknik ini dapat menjadi alternatif dalam manajemen nyeri persalinan karena terbukti membantu menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu bersalin. Untuk mendukung penerapannya, diperlukan pelatihan bagi bidan atau tenaga kesehatan mengenai prosedur teknik rebozo yang tepat serta pemantauan respon ibu secara berkala selama pelaksanaan tindakan. Selain itu, evaluasi berkala terhadap efektivitas intervensi ini juga penting dilakukan untuk memastikan kualitas pelayanan kebidanan yang lebih optimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan desain yang lebih kuat, seperti menggunakan kelompok kontrol agar hasil efektivitas teknik rebozo dapat dibandingkan secara lebih objektif. Selain itu, jumlah sampel yang lebih besar serta variasi karakteristik responden juga diperlukan untuk memperkuat generalisasi hasil penelitian. Penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi kombinasi teknik rebozo dengan metode non-farmakologis lainnya dalam upaya mengoptimalkan

penurunan nyeri persalinan, serta mengkaji pengaruhnya terhadap aspek lain seperti lama persalinan dan tingkat kecemasan ibu.