

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan pengaruh penggunaan *gymball* meliputi tiga poin utama, yaitu secara signifikan terbukti mempercepat pembukaan serviks pada ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Purwodadi I, efektif menstimulasi kontraksi uterus serta memanfaatkan gaya gravitasi untuk mengoptimalkan penurunan kepala janin, dan berhasil memperpendek durasi persalinan sehingga efektif mencegah risiko partus lama serta meminimalkan intervensi medis.
2. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan karakteristik responden dominan berada pada usia reproduksi sehat (25–35 tahun), didominasi oleh kelompok paritas multipara sebanyak 12 orang, dan sebagian besar berpendidikan menengah (SMA) sebesar 57,6%. Faktor pendidikan yang mendominasi ini disimpulkan berpengaruh positif terhadap kesiapan psikologis serta penerimaan ibu dalam mempraktikkan latihan *gymball*.
3. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kondisi awal (*pre-test*) responden sebelum intervensi bersifat homogen dengan seluruh ibu berada pada fase aktif awal, memiliki nilai rata-rata (*mean*) pembukaan sebesar 5,03, dan didominasi oleh kelompok pembukaan 4–5 sebanyak 23 orang serta pembukaan 6–7 sebanyak 10 orang.
4. Berdasarkan hasil akhir (*post-test*), dapat disimpulkan bahwa intervensi *gymball* secara signifikan melonjakkan pembukaan serviks responden ke tahap lanjut

dengan nilai rata-rata (*mean*) meningkat drastis menjadi 9,33, kelompok pembukaan awal sepenuhnya hilang, dan mayoritas responden telah mencapai pembukaan lengkap (10) sebanyak 20 orang serta pembukaan 8–9 sebanyak 12 orang.

5. Berdasarkan hasil analisis bivariat, dapat disimpulkan bahwa intervensi *gymball* berpengaruh signifikan terhadap percepatan pembukaan serviks ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Purwodadi I terbukti meningkatkan angka rata-rata pembukaan sebesar 4,30, secara klinis efektif memanfaatkan gaya gravitasi dan kontraksi uterus untuk mempercepat dilatasi, serta sukses mendukung proses persalinan yang fisiologis.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Berdasarkan pengalaman klinis ini, dapat disimpulkan bahwa penerapan asuhan berbasis bukti (*evidence-based practice*) melalui intervensi *gymball* memberikan meningkatkan kompetensi dan ketajaman intuisi bidan dalam memantau kemajuan persalinan, membuktikan bahwa keberhasilan percepatan dilatasi serviks bergantung pada keterpaduan asuhan fisik dan psikologis, serta menjadi modalitas penting dalam mengawal proses persalinan fase aktif secara fisiologis.

2. Bagi Ibu Bersalin

Dapat disimpulkan bahwa mobilisasi aktif menggunakan *gymball* sangat direkomendasikan sebagai asuhan mandiri utama bagi ibu bersalin dengan mewujudkan pengalaman melahirkan yang nyaman, minim trauma, dan efisien melalui pemanfaatan gaya gravitasi untuk melunakkan jalan lahir serta

menurunkan kepala janin; mengoptimalkan kemajuan pembukaan serviks secara natural dan efektif membentengi ibu dari ketergantungan intervensi medis sekunder seperti induksi maupun tindakan operatif.

3. Bagi Instansi Kesehatan

Penerapan intervensi gymball terstruktur sangat direkomendasikan masuk dalam SOP persalinan normal di Puskesmas dengan memacu akselerasi pembukaan serviks untuk mencegah insidensi partus lama pada kala I fase aktif, meminimalkan angka rujukan sekunder ke rumah sakit akibat komplikasi persalinan, serta mengoptimalkan mutu asuhan sayang ibu sekaligus mereduksi beban kerja operasional unit kebidanan.

4. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini direkomendasikan sebagai landasan ilmiah (*evidence-based practice*) untuk memperkuat kurikulum kebidanan dengan menyempurnakan pembelajaran laboratorium dan praktik klinik asuhan persalinan lewat teori mobilisasi aktif/positioning, membekali mahasiswa dengan pemahaman biomekanika panggul yang matang, serta menjadi referensi riset masa depan dalam mengembangkan intervensi persalinan fisiologis yang komprehensif.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

penelitian ini direkomendasikan sebagai referensi riset kebidanan masa depan dengan menjadi dasar untuk memperluas ruang lingkup kajian melalui studi komparatif dengan metode non-farmakologis lain (seperti teknik pernapasan, aromaterapi, atau pijat oksitosin), menyarankan pengembangan desain penelitian dengan metode kombinasi, dan bertujuan memperkaya ilmu kebidanan dalam menemukan intervensi paling optimal bagi kemajuan persalinan kala I.

6. Bagi Bidan dan Tenaga Kesehatan

Sebagai sesama tenaga kesehatan di garda terdepan, kita diajak untuk proaktif mengubah kebiasaan pasif di ruang bersalin dengan memfasilitasi, mengedukasi, dan menuntun ibu memanfaatkan *gymball* sejak awal kala I fase aktif; menerapkan metode non-farmakologis ini karena terbukti aman, sederhana, dan efektif mempercepat pembukaan serviks serta berkomitmen mewujudkan kenyamanan dan pengalaman persalinan yang positif bagi ibu secara nyata di lapangan.

