BAB VI
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. D dengan penerapan senam nifas dan kegel pada masa nifas didapatkan kesimpulan,sebagai berikut:

1. Pengkajian telah dilakukan terhadap Ny.D melalui pendekatan manajemen kebidanan pola piker Varney dan dituangkan dalam bentuk SOAP.
2. Penginterpretasian data telah dilakukan dengan meliputi diagnosa kebidanan,masalah dan kebutuhan pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin melalui pendekatan manajemen kebidanan.
3. Perumusan diagnosa potensial telah dilakukan pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin melalui pendekatan manajemen kebidanan.
4. Telah dilakukan antisipasi atau tindakan segera pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin melalui pendekatan manajemen kebidanan.
5. Telah dilakukan rencana tindakan yang menyeluruh sesuai dengan pengkajian data pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin melalui pendekatan manajemen kebidanan.
6. Telah dilakukan tindakan asuhan kebidanan pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin. Yakni dengan senam nifas dan kegel pada Ny. D yang dilakukan sesuai dengan langkah-langkah berdasarkan buku panduan tentang senam nifas dengan intensitas pelaksanaan senam nifas sehari sekali yaitu pada sore hari dalam waktu 5-10 menit dengan disertai dukungan dan motivasi oleh suami dan bidan. Senam nifas ini dilakukan sampai pada hari ke-6.

7. Pendokumentasian hasil asuhan kebidanan telah dilakukan pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin dengan metode Subjektif,Objektif,Analisa dan Penatalaksanaan (SOAP).
8. Telah dilakukan evaluasi hasil perubahan pada ibu nifas terhadap Ny. D dengan rasa nyeri pasca bersalin melalui pendekatan manajemen kebidanan. Rasa nyeri pasca bersalin yang dialami Ny. D berkurang dari sebelumnya setelah dilaksanakan senam nifas dan kegel. Rasa nyeri dapat teratasi dengan pelaksanaan senam nifas dilakukan secara rutin dan teratur setiap hari.

B. Saran

Penulis menyadari akan kekurangan dalam laporan kasus ini,adapun saran yang hendak penulis sampaikan,adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

   Diharapkan lebih menggali lagi informasi dan berbagai sumber terpercaya dan mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang sudah didapatkan selama berlangsungnya asuhan kebidanan pada Ny. D sesuai dengan teori atau wewenang kebidanan.
2. Bagi Institusi Pendidikan

   Diharapkan lebih memperdalam dalam memberikan materi senam nifas dan kegel,sehingga dapat diterapkan oleh setiap mahasiswa dalam melaksanakan asuhan kebidanan.
3. Bagi Lahan Praktik

   Setelah dilakukannya studi kasus dengan menggunakan senam nifas dan kegel diharapkan agar penerapan senam nifas lebih ditingkatkan dan lebih banyak diterapkan dalam menjalankan asuhan kebidanan.

4. Bagi Klien dan Masyarakat

   Diharapkan klien dan masyarakat setelah dilaksanakan studi kasus ini mendapatkan ilmu pengetahuan baru mengenai penerapan senam nifas dan kegel serta mempunyai kemampuan untuk melakukan senam nifas dan kegel,sehingga bisa mengatasi rasa nyeri pasca bersalin serta nyeri punggung sampai pinggang ke bawah dan menguatkan kembali otot-otot organ reproduksi yang mengendur.