

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. J dengan asuhan senam nifas didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

Pengkajian pada Ny. J P3A0 di PMB Arlina Tatyjaya pada tanggal 27 Januari 2021 dengan hasil pemeriksaan TD 130/80 mmHg, lochea rubra, belum BAB pasca 3 hari melahirkan.

Diagnosa kebidanan pada Ny. J P3A0 pengumpulan dari data subyektif, dan data obyektif sehingga didapatkan diagnosa kebidanan pada Ny.J mengalami konstipasi

Rencanaasuhan kebidanan terhadap ibu nifas Ny.J P3A0 dengan menganjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi, makan makanan berserat dan mengajarkan senam nifas

Pelaksanaan tindakan asuhan kebidanan pada Ny. J P3A0 yang mengalami konstipasi dilakukan sejak tanggal 27 Januari 2021 sampai dengan tanggal 22 Februari 2021 denganmenganjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi, makan makanan berserat dan mengajarkan senam nifas. Tindakan yang telah direncanakan dilaksanakan seluruhnya dengan baik tanpa adanya hambatan.

Evaluasi asuhan kebidanan pengkajian dilakukan terhadap Ny. J P3A0 dengan hasil konstipasi dapat teratasi dengan baik pada hari keenam setelah persalinan atau hari ketiga setelah diberikan asuhan senam nifas.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan, maka penulis dapat memberikan saran antara lain:

### **1. Bagi Prodi Kebidanan Metro**

Untuk mendapatkan hasil yang diinginkan diharapkan agar lebih melengkapi atau menambah referensi tentang masalah ibu postpartum dengan konstipasi

### **2. Bagi PMB Arlina Tatyjaya**

Diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi dalam menjalankan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan konstipasi.

### **3. Bagi klien**

Menganjurkan kepada ibu untuk tidak malas untuk beraktifitas, makan dengan gizi seimbang, dan melakukan senam nifas secara teratur.