

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari uraian materi serta pembahasan kasus pada Ny. A dapat diambil kesimpulan yaitu asuhan kebidanan yang diberikan oleh bidan sangatlah penting dalam masa nifas. Setelah dilaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. A dengan penerapan senam nifas Otaria dalam mempercepat involusi uterus maka didapat kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengkajian telah dilakukan dengan mengumpulkan data subjektif dan objektif pada ibu nifas Ny. A di TPMB Siti Jamila,SST Lampung Selatan tahun 2025 dan hasilnya semua dalam keadaan normal.
2. Pada interpretasi data di dapatkan diagnosa ibu nifas terhadap Ny.A di TPMB Siti Jamila, SST Lampung Selatan Tahun 2025 tidak memiliki kesenjangan atau masalah baik teori maupun praktik yang diperoleh dari hasil pengkajian dan pemeriksaan.
3. Asuhan yang dibuat sudah disusun berdasarkan diagnosa kebidanan yang muncul pada kasus kebidanan ibu nifas terhadap Ny. A di TPMB Siti Jamila, SST Lampung Selatan tahun 2025.
4. Tindakan kebutuhan segera terhadap Ny.A dengan penerapan senam nifas otaria dalam mempercepat proses involusi uterus di PMB Siti Jamila,SST Lampung Selatan Tahun 2025.
5. Rencana asuhan yang akan dilakukan oleh Ny.A adalah mengajarkan senam nifas otaria secara bertahap, sistematis, dan berlanjut selama 7 hari di TPMB Siti Jamila, SST Lampung Selatan Tahun 2025.
6. Pelaksanaan penerapan senam nifas otaria dilakukan sesuai dengan perencanaan asuhan terhadap Ny.A dengan penerapan senam nifas otaria di PMB Siti Jamila, SST Lampung Selatan Tahun 2025.
7. Evaluasi dari hasil penerapan senam nifas otaria terhadap Ny.A di TPMB Siti Jamila,SST yang telah dilakukan selama 7 hari terbukti memberikan pengaruh terhadap involusi uterus pada ibu *post partum*. Ibu *post partum* mengatakan perutnya sudah tidak terasa mulas, TFU sudah tidak teraba lagi Pada postpartum hari ke-7 TFU sudah tidak teraba lagi di pusat sympisis

maka dapat dikatakan bahwa proses involusi uterus lebih cepat karena telah diberikan asuhan senam nifas otaria.

8. Asuhan kebidanan pada ibu nifas telah didokumentasikan dalam bentuk SOAP yang telah diberikan atau dilaksanakan pada Ny. A di PMB Siti Jamila.SST

B. Saran

Penulis menyadari akan kekurangan yang ada dalam laporan kasus ini, Adapun saran yang hendak penulis sampaikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan agar pendidik lebih memperdalam lagi dalam meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui manajemen Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas dengan penerapan senam nifas otaria. Serta mampu menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh tentang pengetahuan senam nifas otaria. sehingga dapat diterapkan oleh setiap mahasiswa dalam melaksanakan asuhan kebidanan.

2. Bagi Lahan Praktik

Setelah dilakukan asuhan kebidanan dengan senam nifas otaria, diharapkan bidan dapat mengaplikannya langsung kepada semua ibu *post partum* karena senam nifas otaria dapat mempercepat proses involusi uterus dan pemulihan keadaan ibu *post partum*.

3. Bagi Penulis Lain

Diharapkan setelah dilakukan studi kasus ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penulis lain yang akan melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan memberikan asuhan kebidanan nifas pada *post partum* normal dengan memberikan asuhan senam nifas otaria, serta harus lebih sering membaca buku-buku tentang asuhan kebidanan masa nifas terutama pada senam nifas otaria sehingga dalam menangani pasien nantinya sudah lebih menguasai teori untuk setiap asuhan yang akan diberikan.