

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 KESIMPULAN

1. Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa sebagian besar responden di UPTD RSD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo, Tanjung Selor, Kabupaten Bulungan, Kalimantan Utara memiliki nyeri sedang sebanyak 14 responden (70%) sebelum perlakuan.
2. Dari hasil peneltian dapatkan bahwa sebagian besar responden di UPTD RSD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo, Tanjung Selor, Kabupaten Bulungan, Kalimantan Utara memiliki nyeri sedang sebanyak 12 responden (70%) setelah perlakuan.
3. Berdasarkan hasil uji *Paired Samples Test*, diperoleh nilai  $t$  sebesar 17,085 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 19 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Nilai signifikansi ini lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara intensitas nyeri pada ibu dalam persalinan kala I sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Endorphine Massage*. Nilai selisih rata-rata (*mean difference*) sebesar 2,18888 juga menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri yang cukup besar setelah intervensi diberikan.

#### 5.2 SARAN

1. Untuk Responden:

Diharapkan para ibu dapat lebih terbuka dalam mencoba metode non-farmakologis seperti *Endorphine Massage* untuk mengurangi nyeri persalinan. Teknik ini dapat menjadi alternatif yang aman dan nyaman tanpa efek samping obat-obatan.

2. Untuk Profesi Kebidanan:

Bidan disarankan untuk menguasai dan rutin menerapkan teknik *Endorphine Massage* sebagai bagian dari asuhan persalinan. Penggunaan teknik ini terbukti efektif dan dapat

meningkatkan kenyamanan ibu saat proses melahirkan.

3. Untuk Institusi Pendidikan:

Pendidikan kebidanan perlu memasukkan praktik *Endorphine Massage* ke dalam kurikulum sebagai keterampilan penting dalam manajemen nyeri. Hal ini juga dapat menjadi topik menarik untuk penelitian mahasiswa yang berorientasi pada pendekatan holistik.

4. Untuk Tempat Penelitian (RS/Puskesmas):

Fasilitas kesehatan disarankan mengembangkan SOP dan pelatihan internal mengenai teknik *Endorphine Massage* bagi tenaga kebidanan. Implementasi ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan persalinan yang lebih humanis dan efektif.

5. Untuk Peneliti Selanjutnya:

Penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan melibatkan berbagai fasilitas kesehatan. Selain itu, kombinasi teknik ini dengan metode lain juga layak untuk dieksplorasi lebih lanjut.