

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh tehnik relaksasi pernafasan terhadap lama kala 1 persalinan di wilayah kerja puskesmas loea kabupaten koalaka timur provinsi sulawesitenggara tahun 2019, maka peneliti menyimpulkan sebagai berikut :

1. Dari 17 responden (50%) yang melakukan tehnik relaksasi pernafasan yang dilakukan di posyandu pada saat kelas ibu hamil dan di pantau selama inpartu, terdapat 11 responden (32,4%) ibu inpartu dimana kala I persalinnanya berlangsung lebih cepat.
2. Dari 17 responden (50%) yang tidak melakukan tehnik relaksasi pernafasan yang dilakukan di posyandu pada saat kelas ibu hamil dan di pantau selama inpartu, terdapat 12 responden (35,3%) ibu inpartu dimana kala I persalinnanya berlangsung lebih lama.
3. Setelah dilakukan uji analisis wilcoxon Mann-Whitney pada kelompok kasus dan kelompok control didapatkan nilai *p-value* $0,000 \leq 0,05$. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh tehnik relaksasi pernafasan terhadap lama kala 1 persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur Tahun 2019.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian maka penulis mengemukakan saran yaitu :

penelitian ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuan serta dianjurkan bagi seluruh petugas kesehatan untuk terus berupaya melaksanakan penyuluhan dan melatih teknik relaksasi pernafasan karena selain mudah dilakukan oleh ibu hamil, ibu tidak perlu mengeluarkan biaya. Tehnik relaksasi pernafasan juga membantu mempercepat proses persalinan. Penelitian ini juga dapat memberikan masukan yang positif untuk mengembangkan ilmu kebidanan dan sebagai bahan untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut.