

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat diketahui/ disimpulkan bahwa:

1. Nyerinifas :

a) Nyeri perineum

Faktor nyeri perineum dapat menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu yaitu sebagian besar mengalami nyeri perineum ringan yaitu 53 (98,1%) ibu nifas.

b) Nyeri payudara

Faktor nyeri payudara dapat menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu yaitu sebagian besar mengalami nyeri payudara ringan yaitu 53 (98,1%) ibu nifas.

c) Nyeri punggung

Faktor nyeri punggung dapat menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu yaitu sebagian besar mengalami nyeri punggung ringan yaitu 52 (94,4%) ibu nifas.

2. Faktor Kecemasan

Faktor kecemasan menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu , akan tetapi hanya sebagian kecil ibu nifas yang mengalami kecemasan yang berat sekali yaitu 1 (98,1%) ibu nifas.

3. Faktor Frekuensi Menyusui

Faktor frekuensi menyusui menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu tetapi hanya sebagian kecil ibu yang terganggu yaitu ibu yang menyusui bayinya Kurang, ada 20 (63,3%) ibu nifas.

4. Faktor Kondisilingkungan Rumah Sakit

Faktor kondisi lingkungan rumah sakit menyebabkan pemenuhan istirahat tidur ibu terganggu dan ini merupakan faktor yang paling menyebabkan ibu merasa sulit untuk beristirahat tidur yaitu ada 41 (75,9%) ibu nifas.

B. Saran

1. Bidan Bangsal Nifas (Kenanga) RSUD Wates

Petugas bidan Rumah Sakit hendaknya selalu menjaga kondisi lingkungan yang aman dan nyaman agar kebutuhan istirahat tidur pasien dapat terpenuhi yaitu dengan mengatur jam besuk keluarga, menjaga kebersihan ruang perawatan, dan memberi kipas angin 1 atau 2 di ruang perawatan.

2. Bagi ibu nifas di Bangsal Kenanga RSUD Wates

Ibu nifas disarankan untuk menanyakan tentang perawatan masa nifas dan perubahan-peubahan yang terjadi pada masa nifas sehingga menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang masa nifas.

3. Bagi Perpustakaan Stikes Jenderal Achmad Yani

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber ilmiah tentang masa nifas khususnya tentang faktor-faktor yang menyebabkan gangguan tidur pada ibu nifas dan gambaran informasi bagi kegiatan penelitian selanjutnya.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA