

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan literatur review mengenai pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin, maka disimpulkan sebagai berikut:

1. Pijat endorphin memiliki pengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan. Pemberian pijat endorphin dapat merangsang pelepasan hormon endorphin yang berfungsi sebagai analgesik alami sehingga membantu ibu bersalin merasa lebih nyaman dan mampu beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan.
2. Durasi pelaksanaan pijat endorphin selama 15 menit secara berulang berpengaruh terhadap efektivitas penurunan intensitas nyeri persalinan. Pelaksanaan pijat endorphin dengan durasi yang sesuai dan dilakukan secara konsisten terbukti lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin dibandingkan dengan durasi yang lebih singkat.

6.2 Implikasi dan Rekomendasi

6.2.1 Implikasi

Literatur review ini berimplikasi pada pendekatan dan pelaksanaan asuhan kebidanan nonfarmakologi pada ibu bersalin oleh tenaga kesehatan ataupun keluarga. Pijat endorphin merupakan metode nonfarmakologi yang aman dan mudah diterapkan serta efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan. Penerapan pijat endorphin dengan durasi yang tepat dapat meningkatkan pelepasan hormon endorphin, mengurangi kecemasan serta meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan

6.2.2 Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diberikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Dengan studi literatur ini, diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian eksperimental dengan membandingkan beberapa variasi durasi pijat endorphin, untuk memperoleh bukti empiris yang lebih kuat terkait pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.

2. Diharapkan dapat menambah informasi bagi institusi pendidikan sebagai upaya dalam pengembangan pembelajaran mengenai pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin dan memberikan wawasan bagi pembaca terkait pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.
3. Diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan kepada tenaga kesehatan terutama bidan dalam melakukan pendekatan dan pelayanan kepada ibu bersalin terkait pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.
4. Diharapkan dapat membantu meningkatkan peran serta Masyarakat khususnya suami, keluarga ataupun sahabat dari ibu bersalin terkait pentingnya pijat endorphin dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan, sehingga ibu bersalin dapat merasakan manfaat optimal dalam mengurangi nyeri persalinan

