

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Siti Fatimah tahun 2026. karakteristik responden dibagi menjadi empat yaitu, berdasarkan usia responden, *paritas*, tingkat pendidikan dan pekerjaan.

Responden ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Siti Fatimah sebelum di berikan terapi *self-hypnosis* dengan rentang skor intensitas nyeri dengan menggunakan pengukuran *Numeric Rating Scale* (NRS) antara 6 hingga 9. Kondisi awal ini, menggambarkan bahwa nyeri persalinan kala I fase aktif merupakan pengalaman yang sangat tidak nyaman dan menyakitkan.

2. Responden ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Siti Fatimah setelah di berikan terapi *self hypnosis* mengalami penurunan rentang skor intensitas nyeri *self-hypnosis* menjadi 3 hingga 7.
3. Terdapat pengaruh intervensi *self-hypnosis* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Siti Fatimah tahun 2026 dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$.

B. Saran

1. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Palembang
Disarankan untuk mengembangkan lebih banyak bahan Pustaka atau literatur guna membantu mahasiswa untuk mengembangkan pengetahuan terkait *self-hypnosis* terutama dalam nyeri persalinan.

2. Bagi RSUD Siti Fatimah

Rumah sakit diharapkan dapat mulai mengintegrasikan teknik *self hypnosis* sebagai salah satu intervensi non-farmakologis dalam pelayanan kebidanan. Edukasi antenatal mengenai *self hypnosis* dapat diberikan kepada ibu hamil agar lebih siap menghadapi persalinan. Selain itu, tenaga kesehatan di RSUD Siti Fatimah perlu diberikan pelatihan khusus mengenai penerapan *self hypnosis* sehingga dapat mendampingi ibu bersalin secara efektif. Implementasi ini akan meningkatkan kualitas pelayanan, mengurangi ketergantungan pada intervensi farmakologis, serta mendukung pengalaman persalinan yang lebih humanis dan berpusat pada ibu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan dengan menambah jumlah sampel, memperluas variabel (misalnya tingkat kecemasan atau lama persalinan), serta membandingkan efektivitas *self hypnosis* dengan metode manajemen nyeri lainnya untuk memperkuat bukti ilmiah.