

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Pengkajian

Tahap pengkajian didapatkan hasil data subjektif Ny.R mengatakan nyeri pada bagian pinggang, nyeri seperti ditusuk-tusuk, skala nyeri 5 dari (0-10), nyeri hilang timbul, nyeri terasa meningkat ketika klien beraktivitas dan nyeri berkurang ketika klien beristirahat dan klien mengatakan kesulitan tidur karena kurang nyaman dengan nyeri yang dirasakan, data objektif klien Nampak memegangi pinggang dan ekspresi wajah klien Nampak seperti menahan sakit, TD : 120/80 mmHg, nadi : 78 x`/ menit. Respirasi : 20 x/menit, suhu 36,0 C, BB : 45 kg TB: 157 cm. Maka tidak terjadi kesenjangan antara kasus dengan teoritis.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan yang ditemukan adalah nyeri akut berhubungan dengan perubahan fisiologis dan gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan, namun diagnosa keperawatan paling utama yang di fokuskan pada Ny.R yaitu nyeri akut (nyeri pinggang) berhubungan dengan perubahan fisiologi. Sedangkan menurut teori Standar Diagnostik Keperawatan Indonesia (SDKI) ada 5 diagnosa keperawatan yang terjadi pada ibu hamil trimester III. Maka dari itu terdapat kesenjangan antara kasus dengan teoritis yang ada, hal ini terjadi karena keluhan utama yang dirasakan pada Ny.R lebih mengarah terhadap nyeri akut bagian pinggang.

3. Intervensi keperawatan

Intervensi yang diberikan pada diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan perubahan fisiologis diantaranya yaitu pengkajian nyeri secara komprehensif (lokasi,karakteristik,durasi,intensitas,skala), indentifikasi faktor yang memperberat dan meringankan nyeri, jelaskan

maksud dan tujuan prosedur prenatal yoga, serta ajarkan tehnik non farmakologi prenatal yoga. Maka dari itu tidak terdapat kesenjangan antara teoritis dan kasus. Sedangkan intervensi yang diberikan terhadap diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan diantaranya yaitu identifikasi pola aktivitas dan tidur, identifikasi faktor yang menjadi pengganggu tidur, identifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur, dan lakukan tindakan untuk meningkatkan kenyamanan terhadap ibu hamil (seperti yoga).

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi yang dilakukan terhadap Ny.R selama 3 kali kunjungan dalam 1 minggu untuk mengaplikasikan prenatal yoga dengan waktu kurang lebih 30 menit – 1 jam. Maka dari itu tidak terjadi kesenjangan antara teoritis dengan kasus .

5. Evaluasi

Hasil dari evaluasi didapatkan ketika sudah diberikan intervensi 3 kali kunjungan rumah dalam waktu 1 minggu masalah yang dialami Ny.R yaitu nyeri akut daerah pinggang teratasi sebagian, dengan hasil sebelum diberikan intervensi dan diajarkan prenatal yoga Ny.R mengatakan nyeri yang dirasakan terasa panas menjalar ke punggung dan klien nampak memegang pinggang dengan ekspresi wajah menahan nyeri, setelah dilakukan prenatal yoga Ny.R mengatakan nyeri pinggang terasa lebih ringan dan sedikit berkurang dan klien nampak rileks dan nyaman. Skala nyeri pada pertemuan pertama yaitu 5 dari (0-10) dan ketika pertemuan kedua skala nyeri menjadi 4 dari (0-10), dan pada pertemuan ke tiga skala nyeri menjadi 3 dari (0-10), sehingga kualitas tidur klien pun membaik karena nyeri yang dirasakan terasa sedikit ringann, maka dari itu dapat disimpulkan terjadi penurunan 2 angka skala nyeri yang dirasakan oleh Ny.R selama melakukan prenatal yoga 3 kali dalam satu minggu. Maka dengan hal itu tidak terjadi kesenjangan antara kasus penulis dengan teoritis.

B. SARAN

Saran yang hanya dapat penulis berikan berdasarkan hasil dari Karya Tulis Ilmiah adalah sebagai berikut :

1. Bagi Perawat

Untuk perawat disarankan untuk lebih mengikuti kegiatan seminar, workshop, atau lebih sering mengikuti pelatihan prenatal yoga terhadap ibu hamil untuk lebih meningkatkan dan menambah ilmu pengetahuan, wawasan dan keterampilan dalam melaksanakan asuhan keperawatan bagi ibu hamil trimester III, khususnya dalam pemberian tindakan prenatal yoga.

2. Bagi Insitisi Pendidikan

Penulis sangat berharap insitisi pendidikan dapat menggunakan hasil Karya Tulis Ilmiah ini sebagai bahan bacaan serta sebagai tambahan informasi untuk menambah wawasan bagi para pembaca mengenai pengaruh prenatal yoga untuk menurunkan nyeri terhadap ibu hamil trimester III.

3. Bagi Klien dan Keluarga Klien

Penulis menyarankan untuk klien agar lebih rutin dan semangat dalam melakukan prenatal yoga serta untuk keluarga diharap kann bisa membantu klien dalam melakukan prenatal yoga secara teratur selama proses kehamilan untuk menurunkan rasa nyeri yang dialami oleh klien serta meningkatkan kenyamanan bagi klien.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis sangat berharap untuk penelitian ini mampu dijadikan sebagai referensi peneliti selanjutnya dan semoga bisa lebih dikembangkan menjadi lebih sempurna.