

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

6.1.1 Tinggi Fundus Uteri (TFU) sebelum dilakukan senam nifas pada ibu postpartum di BPM Srin Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 8 responden di BPM Sri Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang, pada hari pertama seluruhnya TFU setinggi pusat, 2 jari ↓pusat sebanyak 8 responden (100%).

6.1.2 Kecepatan Proses Involusi Uterus pada ibu Postpartum di BPM Sri Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 8 responden di BPM Sri Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang, hampir seluruhnya mengalami penurunan involusi uterus dengan cepat sebanyak 7 responden (87%) dan sebagian kecil mengalami penurunan involusi uterus dengan lambat sebanyak 1 responden (13%).

6.1.3 Pengaruh Senam Nifas Terhadap Kecepatan Involusi Uterus Di BPM Sri Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dengan tingkat kesalahan 0,05 diperoleh nilai signifikan 0,034. Karena nilai p value (0,000) < (0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada pengaruh senam nifas terhadap kecepatan involusi uterus pada ibu postpartum.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam nifas terhadap kecepatan proses involusi uterus pada ibu postpartum di BPM Sri Wahyuningsih Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Responden

Diharapkan bagi ibu primipara dapat melakukan senam nifas mulai dari hari pertama postpartum, sehingga terhindar dari *subinvolusi* uteri, serta memperlancar proses involusi uteri.

6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan karya tulis ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penulisan karya tulis selanjutnya

6.2.3 Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan karya tulis ini dapat digunakan sebagai alternatif pilihan dalam melakukan pelayanan kesehatan terhadap ibu postpartum.

6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya peneliti dapat memberikan tindakan yang tepat pada ibu primipara dalam menjalani proses involusi uteri serta mengkaji kebutuhan nutrisi dan psikologi, Hal ini dilakukan agar peneliti dapat mengetahui tindakan yang lebih efektif dalam mencegah ataupun menanggulangi *subinvolusi* uteri.