

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *post sectio caesarea* adalah usia dewasa (20–44 tahun), yaitu sebanyak 45 orang (84,9%). Mayoritas responden tidak bekerja, yaitu sebanyak 36 orang (67,9%). Dari segi pendidikan, terbanyak adalah pendidikan dasar (SD), yaitu sebanyak 21 orang (39,6%). Sementara berdasarkan paritas, paling banyak adalah multipara, yaitu sebanyak 36 orang (67,9%).
2. Tingkat kelelahan pada ibu pasca operasi *sectio caesarea* sebagian besar responden mengalami kelelahan berat, yaitu sebanyak 31 orang (58,5%). Sementara itu, kelelahan ringan dialami oleh 15 orang (28,3%) dan kelelahan sedang dialami oleh 7 orang (13,2%).
3. Tingkat kemandirian (ADL) menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat ketergantungan ringan hingga sedang, menandakan bahwa sebagian besar ibu masih memerlukan bantuan dalam menjalani aktivitas harian pasca operasi.
4. Adanya hubungan yang signifikan antara kelelahan dengan tingkat kemandirian (ADL) pada pasien *post sectio caesarea* dengan nilai $p\text{-value} = 0,013 (< 0,05)$. Koefisien korelasi ($r = 0,340$) mengindikasikan hubungan yang cukup kuat dan bersifat positif, artinya semakin tinggi tingkat kelelahan

yang dirasakan pasien, maka semakin tinggi pula tingkat ketergantungannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

B. Saran

1. Bagi Institusi Rumah Sakit

Rumah sakit, khususnya RSI PKU Muhammadiyah Pekajangan, diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan pasca *sectio caesarea*, terutama dalam aspek manajemen kelelahan dan peningkatan kemandirian pasien. Hal ini dapat dilakukan melalui standar mobilisasi dini, edukasi gizi dan perawatan diri, serta dukungan psikologis yang lebih intensif di ruang nifas. Selain itu, penting untuk melibatkan keluarga dalam proses pemulihan agar pasien memperoleh dukungan optimal selama masa rawat inap.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan, khususnya dalam bidang keperawatan dan kebidanan, diharapkan dapat meningkatkan kurikulum dan praktik klinik yang berkaitan dengan penanganan kelelahan pasca operasi dan pemulihan ADL pada ibu *post sectio caesarea*. Mahasiswa perlu dibekali dengan keterampilan asuhan keperawatan komprehensif berbasis *evidence based practice* dalam manajemen nyeri, teknik relaksasi, mobilisasi dini, serta pendekatan edukatif untuk meningkatkan kemandirian pasien.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan, sehingga disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mempertimbangkan penambahan

variabel lain yang relevan, seperti status nutrisi, tingkat nyeri, kualitas tidur, serta dukungan sosial, karena faktor-faktor tersebut berpotensi memengaruhi tingkat kelelahan dan kemampuan pasien dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (*activity of daily living/ADL*) setelah menjalani *sectio caesarea*.

4. Bagi Pasien *Post Sectio Caesarea*

Pasien diharapkan dapat lebih aktif dalam proses pemulihan dengan mengikuti anjuran tenaga kesehatan terkait mobilisasi dini, istirahat yang cukup, asupan nutrisi seimbang, serta keterlibatan dalam perawatan diri dan bayi. Pasien juga disarankan untuk berkomunikasi terbuka dengan perawat atau bidan bila mengalami kelelahan berlebihan, serta memanfaatkan dukungan dari keluarga agar dapat lebih cepat mencapai kemandirian selama masa nifas.