

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan pembahasan yang telah di uraikan dalam BAB 4 asuhan pada Ny.M dan Ny.Y dengan masalah konstipasi di PMB Hj.Indah Kusmindarti bahwa:

##### **5.1.1 Pengkajian**

Hasil pengkajian pada kedua pasien mengalami keluhan yang sama yaitu konstipasi atau sembelit. Pada pasien pertama mengatakan BAB nya 3 hari sekali dan merasa tidak nyaman ketika beraktivitas. Sedangkan pasien kedua mengatakan BAB nya 3 hari sekali dan mengejan saat defekasi sampai menimbulkan nyeri pada perut.

##### **5.1.2 Diagnosa Keperawatan**

Pada kedua pasien dapat disimpulkan bahwa kedua pasien mengalami masalah pada defekasi sehingga didiagnosa konstipasi berhubungan dengan ketidakcukupan asupan cairan ditandai dengan defekasi kurang dari 2 kali seminggu, pengeluaran feses lama dan sulit, mengejan saat defekasi, feses keras, peristaltik usus menurun, distensi abdomen, kelemahan pada rektal, dan teraba massa pada rektal.

##### **5.1.3 Intervensi keperawatan**

Intervensi yang diberikan pada kedua pasien yang mengalami masalah konstipasi adalah memberikan HE tentang asupan makanan tinggi serat misalnya, buah pisang, pepaya, sayur kangkung, bayam, dan lain-lain dan monitor BAB

pasien dan pembuatan jadwal aktivitas fisik seperti jalan-jalan pagi, senam dan berenang.

#### **5.1.4 Implementasi Keperawatan**

Implementasi dilakukan selama 3 hari. Implementasi pada masalah konstipasi yang sudah dilakukan yaitu mengkaji BAB pasien, membuat jadwal defekasi, menganjurkan pasien untuk beraktifitas dan memberikan HE tentang asupan makanan tinggi serat, dan memberikan kesempatan pada pasien atau keluarga untuk bertanya.

#### **5.1.5 Evaluasi Keperawatan**

Evaluasi dari masalah yang dialami Ny.M dan Ny.Y yaitu konstipasi atau sembelit sesuai batas waktu yang ditentukan selama 3x24 jam dapat teratasi dengan perencanaan yang ditentukan dengan kriteria hasil keluhan defekasi lama dan sulit menurun, mengejan saat defekasi menurun, nyeri abdomen menurun dengan melakukan pengkajian BAB, pemberian HE dan pembuatan jadwal aktivitas maupun asupan makanan tinggi serat sehingga pada hari ketiga masalah konstipasi dapat teratasi.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan penelitian maka saran yang dapat diberikan atau disampaikan oleh penelitian yaitu sebagai berikut :

##### **5.2.1 Bagi Perawat**

Melalui hasil peneliatan ini, penulis dapat dijadikan sebagai bahan referensi kepada perawat agar dapat turut serta dalam mengaplikasikan intervensi

pemberian HE tentang asupan makanan tinggi serat dalam penanganan pasien dengan masalah konstipasi.

### **5.2.2 Bagi Ibu Hamil**

Diharapkan pasien mampu mengatasi masalah BAB dengan menjaga asupan makanan tinggi serat seperti sayuran hijau bayam, kangkung, kembang kol dan buah-buahan pepaya, pisang serta latihan fisik jalan-jalan pagi dan senam serta asupan cairan 8 gelas atau 2 liter/hari agar pola defekasi menjadi lancar.

### **5.2.3 Bagi Keluarga**

Diharapkan keluarga dapat membantu pasien dalam meningkatkan asupan makan tinggi serat, cairan, dan mampu ikut dalam pemantauan aktivitas fisik pada pasien yang telah direncanakan.

### **5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai salah satu dasar atau referensi untuk penelitian di masa yang akan datang. Agar dapat mencapai hasil yang baik bagi pasien dan keluarga dalam mengatasi masalah konstipasi pada ibu hamil.

