

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **V.1. Kesimpulan**

Didapatkan hasil penelitian serta penjelasan yang telah dibahas mengenai pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain* (LBP), kesimpulan yang didapat antara lain :

- a. Gambaran karakteristik berupa distribusi rata-rata didapatkan bahwa dari 42 responden yang diteliti, usia rata-rata ibu hamil trimester III yang menderita *low back pain* (LBP) adalah 28,5 tahun, termuda 21 tahun, dan tertua 38 tahun. Rata-rata usia kehamilan ibu hamil trimester ketiga pada penelitian ini ialah 34,5 minggu, dengan usia termuda 28 minggu dan tertua 40 minggu. Ibu hamil trimester III dengan *low back pain* (LBP) memiliki rata-rata berat badan 68,48 kg, dengan berat badan minimal 52 kg dan berat badan maksimal 87 kg. Mayoritas ibu hamil dalam penelitian ini merupakan multigravida yaitu berjumlah 26 responden (61,9%), 16 responden (38,1%) merupakan primigravida. Sebanyak 28 ibu hamil (66,7%) tidak bekerja artinya adalah seorang Ibu Rumah Tangga (IRT) serta sebanyak 14 ibu hamil (33,3%) memiliki pekerjaan.
- b. Didapatkan bahwa dari 42 responden yang diteliti, rata-rata skala nyeri punggung akhir kehamilan sebelum pijat *effleurage* adalah 5,19, dengan intensitas rasa nyeri terendah 3 dan intensitas rasa nyeri tertinggi 8. Penelitian ini menunjukkan rata-rata skala nyeri kehamilan akhir ibu hamil mengalami nyeri sedang di punggung bawah.
- c. Didapatkan bahwa dari 42 responden yang diteliti, rata-rata skala nyeri punggung akhir kehamilan sebelum pijat *effleurage* adalah 2,62, dengan intensitas rasa nyeri terendah 1 dan intensitas rasa nyeri tertinggi 5. Penelitian ini menunjukkan rata-rata skala nyeri kehamilan akhir ibu hamil mengalami nyeri ringan di punggung bawah.

- d. Didapatkan efektivitas pemberian intervensi *massage effleurage* untuk menghilangkan nyeri pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain* (LBP) dengan nilai p-value 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## V.2. Saran

### a. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi bidang pendidikan dapat menjadikan penelitian ini menjadi sarana untuk mengembangkan ilmu pengetahuan terkhusus dibidang ilmu keperawatan maternitas.

### b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dari penelitian ini diharapkan bagi fasilitas pelayanan kesehatan menjadikan intervensi *massage effleurage* ini menjadi salah satu cara untuk mengurangi *low back pain* (LBP) pada ibu hamil terutama pada kehamilan trimester akhir dan juga agar diberikan Pendidikan Kesehatan kepada ibu hamil serta keluarga dalam melakukan intervensi ini dirumah.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan intervensi *massage effleurage* dengan menggabungkan intervensi lain yang tidak memiliki efek samping dan menambahkan media informasi yang kreatif dan inovatif agar menambah pengetahuan dan bermanfaat bagi ibu hamil trimester III yang merasakan *low back pain* (LBP).

### d. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan untuk ibu hamil dianjurkan untuk melaksanakan intervensi *massage effleurage* secara mandiri dirumah dengan meminta bantuan pasangan atau keluarga untuk mengurangi nyeri *low back pain* (LBP)