

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Studi kasus yang dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas pancasan pada tanggal 01 s.d 06 april 2024 dilanjutkan tanggal 15 s.d 20 April 2024 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden di Wilayah Puskesmas Pancasan berusia 31-36 tahun dengan pendidikan terakhir S1 sebanyak 1 responden dan SMP sebanyak 2 responden, pekerjaan seluruh responden saat ini sebagai Ibu Rumah Tangga dengan paritas G3P2A1 sebanyak 1 orang, G3P2A0 sebanyak 1 orang, dan G4P2A1 sebanyak 1 orang, usia kehamilan berkisar dari 32-37 minggu. Semua responden mengatakan merasakan tidak menggunakan obat-obatan untuk mengatasi nyeri
2. Sebelum menggunakan metode *endorphine massage*, ketiga responden trimester ketiga mengalami nyeri punggung dengan intensitas nyeri sedang hingga nyeri berat terkontrol.
3. Skala nyeri punggung ibu hamil trimester III sesudah dilakukan penerapan teknik *endorphine massage* didapatkan hasil bahwa ketiga responden mengalami nyeri ringan dan tidak nyeri
4. Setelah teknik *endorphin massage* diterapkan, terdapat perbedaan nilai skala nyeri pada ketiga responden. Ketiga responden mengalami penurunan

nilai skala nyeri punggung setelah penerapan teknik *endorphin massage* dengan rata rata penurunan 0,3.

B. Saran

1. Bagi Penulis selanjutnya

Diharapkan studi kasus ini dapat menjadi referensi atau informasi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil serta pencarian referensi lebih lanjut dari buku-buku keperawatan maternitas.

2. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan bagi institusi pendidikan khususnya Prodi Keperawatan Bogor agar dapat memanfaatkan hasil studi kasus ini untuk bahan referensi dan sebagai acuan bagi pengembangan bidang pendidikan khususnya ilmu keperawatan maternitas

3. Bagi pelayanan kesehatan

Diharapkan studi kasus ini dapat bermanfaat bagi pelayanan kesehatan dalam upaya penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III karena mudah dan efektif untuk dilakukan secara mandiri di rumah.