

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dari 30 responden di puskesmas liwa kecamatan balik bukit kabupaten lampung barat di peroleh beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut :

1. Rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum dilakukan diberikan *Massage effleurage (pretest)* adalah 8,13 sedangkan rata-rata skor nyeri punggung setelah dilakukan *Massage effleurage (post test)* adalah 3,93 .
2. Rata-rata skor nyeri punggung pada kelompok kompres hangat pada tahap *pre test* adalah 8,00 . sedangkan rata-rata skor nyeri punggung pada kelompok setelah diberi kompres hangat adalah 6,4 .
3. Ada perbedaan yang signifikan rata- rata skor nyeri punggung antara ibu yang diberikan *Massage effleurage* dengan yang diberikan kompres hangat (p value $0,000 < \alpha 0,05$).

B. SARAN

Berdasarkan dari pengkajian hasil penelitian dilapangan maka penulis bermaksud memberikan saran yang mudah mudahan dapat bermanfaat bagi lembaga/institusi ,responden maupun peneliti yang selanjut nya. Adapun saran yang dapat penulis sampaikan pada penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan lebih memilih terapi non farmakologi yakni Pijat Manual dengan teknik *affleurage* dan kompres hangat untuk mengurangi rasa nyeri .

2. Bagi Puskesmas Liwa

Diharapkan untuk mengikuti pelatihan terlebih dahulu dan kemudian menyusun standar operasional prosedur agar setiap petugas dapat melaksanakan Pijat Manual dengan *teknik affleurage* dan kompres hangat untuk meminimalkan rasa nyeri dan sebagai sarana dalam meningkatkan pengetahuan ibu dengan Pijat Manual dengan teknik *affleurage* untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan selama kehamilan.

3. Bagi Universitas Aisyah

Diharapkan dapat mengajarkan tehnik Pijat Manual dengan teknik *affleurage* sebagai terapi alternatif bagi mahasiswa dimata ajar asuhan kebidanan pada ibu hamil

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini perlu dilakukan dengan membatasi kriteria inklusi responden sehingga dapat dilihat efektivitas dari Pijat Manual dengan teknik *affleurage*.

