

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Nilai rata-rata nyeri punggung sebelum dilakukan Endorphin massage adalah 4,00 dan sebelum dilakukan Kompres Hangat adalah 2.56.
2. Nilai rata-rata nyeri punggung setelah dilakukan Endorphin Massage adalah 1.72 dan setelah dilakukan Kompres Hangat adalah 1.33.
3. Terdapat perbedaan efektivitas dimana setelah pemberian Endorphin Massage adalah 1.72 dan kompres hangat adalah 1.33. Sehingga dapat disimpulkan perlakuan dengan Endorphin Massage terbukti lebih efektif untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

B. Saran

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi ilmu dan informasi penguat untuk pengalaman yang berharga bagi peneliti untuk melaksanakan penelitian.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau acuan dalam meningkatkan pelayanan kebidanan.

3. Bagi responden

penelitian ini juga bermanfaat sebagai pedoman untuk responden dalam penatalaksanaan nyeri punggung trimester III secara efektif.