

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik ibu hamil trimester III yang diperoleh peneliti diantaranya: sebagian besar ibu hamil trimester III berusia 20-35 tahun sejumlah 80%, mayoritas telah hamil lebih dari sekali (multigravida) sejumlah 73,3%, mayoritas memiliki pendidikan terakhir di jenjang SD sejumlah 46,7%, dan 100% bekerja sebagai ibu rumah tangga.
2. Tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum diberikan kompres hangat berada di kategori nyeri sedang 53,3% dan nyeri berat 46,7%.
3. Tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III setelah diberikan kompres hangat mayoritas berada di kategori nyeri ringan sejumlah 73,3%.
4. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan setelah diberikan kompres hangat, dimana hasil uji statistik menggunakan *wilcoxon signed rank test* menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,001 ($p < 0,005$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima.

B. Saran

1. Bagi Fakultas Kesehatan unjaya
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk mengembangkan ilmu terapi komplementer khususnya kompres hangat.
2. Bagi Mahasiswa
Diharapkan mahasiswa dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk meningkatkan pengetahuan mereka terkait pengaruh kompres hangat pada nyeri punggung ibu hamil trimester III serta dapat dijadikan sebagai studi pendahuluan dan referensi penelitian mereka.
3. Bagi ibu hamil
Diharapkan ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri pada punggung bawah dapat menggunakan terapi kompres hangat ini untuk mengurangi

nyeri mengingat terapi ini merupakan metode yang mudah dipraktekan di rumah.

4. Bagi instansi kesehatan

Diharapkan terapi kompres hangat ini dapat di sosialisasikan kepada tenaga kesehatan dan ibu hamil sebagai terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil di trimester III.

5. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan dapat menggunakan terapi kompres hangat ini untuk mengatasi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANUWIS
UNIVERSITAS YOGYAKARTA