

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu :

1. Karakteristik responden, mayoritas berusia 20-35 tahun, hampir seluruh berpendidikan SMA (Sekolah Menengah Atas), dan sebagian besar ibu yang tidak bekerja (IRT), dengan sebagian besar ibu hamil multipara.
2. Hasil penelitian pos-test nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Bidan Praktek Mariam Pontianak diperoleh kelompok eksperimen(yang diberikan *massage effleurage*) mengalami nyeri ringan 12 responden (100%), nyeri ringan sedang 0. Sedangkan pada kelompok kontrol (yang tidak diberi intervensi) mengalami nyeri ringan 1 responden (8,3%), nyeri ringan sedang 11 responden (91,7%).
3. Hasil uji Man-Whitney diperoleh p value  $0,000 < 0,05$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka disimpulkan ada terdapat perbedaan kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, sehingga dikata “ada efektivitas *massage effleurage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III”.

#### **B. Saran**

1. Bagi Institusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
Diharapkan dapat menjadi referensi untuk mahasiswa kebidanan maupun mahasiswi kesehatan lainnya bahwa *massage effleurage* dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan bisa dijadikan referensi bahan pengetahuan dalam penelitian selanjutnya sehingga diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi orang banyak.
3. Bagi Responden

Diharapkan agar ibu hamil yang menderita nyeri punggung dapat menggunakan teknik pijat *effleurage* untuk meredakan rasa nyeri punggung.

4. Bagi Bidan Praktek Mandiri Mariam Pontianak

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi adanya pelayanan *massage* dalam pengurangan nyeri pada punggung selama kehamilan dan bisa dijadikan bahan edukasi bagi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung di Bidan Praktek Mandiri Mariam Pontianak.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PERPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA