

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dari 21 responden ibu hamil trimester III, semua responden berusia 20-35 tahun (100%). Dilihat dari paritas, mayoritas adalah multigravida (61,9%). Usia kehamilan terbanyak yaitu 37 minggu (47,6%). Berdasarkan pendidikan, sebagian besar lulusan SMA (71,4%), dan dilihat dari pekerjaan, paling banyak berprofesi sebagai wiraswasta (42,9%).
2. Sebelum diberikan kompres hangat, mayoritas ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung sedang (42,6%).
3. Sesudah diberikan kompres hangat, seluruh responden melaporkan penurunan nyeri menjadi kategori ringan (76,2%).
4. Hasil penelitian ini diketahui nilai p-value sebesar 0,000 ($< 0,05$), sebelum diberikan intervensi nilai mean 1,67 dengan standar deviasi 0,658 dan nilai mean menurun setelah diberikan intervensi 1,24 dengan standar deviasi 0,432. Hal ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Zam Zam Medica Kabupaten Bantul Yogyakarta.

B. Saran

1. Bagi Insitusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk menambah pengetahuan dan mendukung penelitian selanjutnya di bidang kebidanan
2. Bagi Klinik Zam Zam Medica Kabupaten Bantul Yogyakarta Diharapkan dapat mengintegrasikan terapi kompres hangat sebagai bagian dari pelayanan antenatal care, khususnya didalam menangani keluhan nyeri punggung bawah pada ibu hamil, guna meningkatkan kualitas pelayanan dan kenyamanan pasien.

3. Bagi Bidan Klinik Zam Zam Medica Kabupaten Bantul Yogyakarta
Diharapkan dapat menerapkan kompres hangat sebagai cara membantu ibu hamil mengurangi nyeri punggung.
4. Bagi Ibu Hamil Trimester III
Diharapkan dapat memanfaatkan kompres hangat sebagai metode sederhana dan aman untuk mengurangi keluhan nyeri punggung selama kehamilan yang bisa dilakukan secara mandiri di rumah..
5. Bagi Peneliti
Diharapkan peneliti dapat terus mengembangkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan penelitian kebidanan, serta bisa dijadikan pengalaman berharga untuk melaksanakan penelitian yang lebih baik di masa mendatang, khususnya terkait metode non-farmakologis dalam mengurangi nyeri kehamilan.