

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan pemberian terapi *endorphin massage* selama 3 hari berturut-turut dengan waktu 15-20 menit (pemberian terapi)menunjukkan intensitas nyeri pada Ny. D dan Ny. F menurun dengan skala nyeri 7 dan 6 menjadi skala nyeri 2. artinya dari skala nyeri berat dan sedang menjadi ringan, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat endorfin berpengaruh terhadap intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III.

5.2 Saran

1. Bagi institusi

Peneliti mengharapkan dapat dijadikan sebagai referensi baru dan memberikan informasi mengenai pengaruh terapi *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

2. Bagi ibu hamil

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada ibu hamil trimester III beserta suaminya mengenai pentingnya *Endorphin Massage* dalam masa kehamilan sehingga ibu hamil bisa melakukan *endorphin massage* bersama suaminya di rumah

3. Bagi tenaga pelayanan kesehatan

Memberikan informasi kesehatan mengenai penanganan, tentang permasalahan yang berkaitan dengan nyeri punggung yaitu *endorphin massage*

4. Bagi penulis

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai nyeri punggung pada ibu hamil trimester III penatalaksanaannya, sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan yang maksimal

5. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan untuk dapat melihat kekurangan dalam penelitian ini, sehingga hasil yang diperoleh pada penelitian selanjutnya mendapatkan hasil yang sesuai dan akan lebih baik lagi.