

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian yang dilakukan mengenai efektivitas pregnancy massage di Mommy & Putri Pregnancy Spa, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III di Mommy & Putri Pregnancy Spa sebelum dilakukan *pregnancy massage* di dapatkan nilai mean 4,2667
2. Gambaran tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III di Mommy & Putri Pregnancy Massage setelah dilakukan *pregnancy massage* di dapatkan nilai mean 1,1333
3. Hasil uji statistik *wilcoxon* di peroleh ρ value $(0,001) < \alpha$ $(0,05)$ menunjukkan bahwa H_a diterima artinya terdapat pengaruh *pregnancy massage* terhadap penurunan tingkat nyeri punggung di Mommy & Putri Pregnancy Spa Balikpapan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dan hasil analisis, saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan metode penelitian yang berbeda sehingga didapatkan hasil yang lebih mendalam mengenai efektivitas pregnancy massage terhadap penurunan tingkat nyeri punggung

2. Bagi Mommy & Putri Pregnancy Spa

Mommy & Putri Pregnancy massage harus lebih berinovasi lagi dalam pemberian terapi non farmakologi untuk meredakan nyeri punggung.

3. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini dijadikan sumber ilmu pengetahuan untuk meningkatkan pelayanan kebidanan komplementer bagi bidan mengenai efektivitas *pregnancy massage* terhadap penurunan tingkat nyeri punggung ibu hamil.

4. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Hasil penelitian ini dijadikan tambahan informasi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan kebidanan komplementer. Dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.

5. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan pengetahuan bagi responden tentang *pregnancy massage*, manfaat, kontraindikasi dan hal hal lainnya yang berkaitan dengan *pregnancy massage*