

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intersitas Nyeri Punggung di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep” didapatkan beberapa kesimpulan :

1. Nyeri punggung sebelum diberikan kompres hangat pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 9 orang (52,9%), nyeri ringan sebanyak 7 orang (41,2%), dan nyeri berat 1 orang (5,9%).
2. Nyeri punggung sesudah diberikan kompres hangat pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep sebagian besar responden mengalami nyeri ringan sebanyak 12 orang (70,6%), tidak nyeri sebanyak 4 orang (23,5%), dan nyeri sedang 1 orang (5,9%).
3. Ada pengaruh secara signifikan terhadap penurunan nyeri punggung sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep. Sebelum diberikan kompres hangat nilai rata-rata skala nyeri sebesar 4,05 dan sesudah diberikan kompres hangat didapatkan nilai rata-rata 1,47 berarti mengalami penurunan nilai hingga 2,58. Dengan uji *paired sample t-test* (uji T dependen) diperoleh nilai *p value* $0,000 < 0,05$.

B. Saran

1. Bagi ibu hamil

Bagi ibu hamil dapat mengaplikasikan kompres hangat sebagai terapi non-farmakologi dalam menurunkan keluhan nyeri punggung pada masa kehamilan, karena kompres hangat tidak memerlukan biaya serta mudah dalam menerapkannya.

2. Bagi bidan

Dengan terbuktinya kompres hangat dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, diharapkan dapat menerapkan dan memberikan informasi kepada klien ibu hamil yang mengalami nyeri punggung.

3. Bagi puskesmas

Diharapkan agar layanan kesehatan seperti puskesmas dapat memberikan informasi kepada ibu hamil tentang manfaat dan cara penerapan kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung sebagai salah satu terapi komplementer.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil yang positif dari penelitian ini diharapkan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan variasi populasi yang lebih luas untuk memperkuat penelitian ini.