

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat effleurage efektif dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Bringin.

1. Nyeri Punggung Sebelum Pijat Effleurage

Sebelum diberikan pijat effleurage, ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung dengan rata-rata skala nyeri sebesar 5,30.

2. Nyeri Punggung Setelah Pijat Effleurage

Setelah dilakukan pijat effleurage, rata-rata nyeri punggung menurun menjadi 3,50.

3. Efektivitas Pijat Effleurage

Pijat effleurage terbukti efektif mengurangi nyeri punggung karena membantu melancarkan aliran darah, merilekskan otot, dan menghambat sinyal nyeri ke otak. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value 0,000.

B. Saran

1. Bagi Kampus Universitas Ngudi Waluyo

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk memperkaya materi pembelajaran dalam kurikulum kebidanan, khususnya terkait manajemen nyeri nonfarmakologis pada ibu hamil. Selain itu, temuan ini dapat menjadi dasar untuk mendorong kolaborasi antara

institusi pendidikan dan Puskesmas dalam bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada peningkatan kesehatan ibu hamil

2. Bagi Ibu Hamil

Penelitian ini memberikan informasi yang bermanfaat bagi ibu hamil tentang pijat effleurage sebagai salah satu metode aman dan efektif untuk mengurangi nyeri punggung selama kehamilan trimester III. Dengan adanya pemahaman ini, diharapkan ibu hamil lebih terbuka terhadap intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi keluhan nyeri selama kehamilan.

3. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menjadi wawasan tambahan bagi mahasiswa kebidanan mengenai pendekatan nonfarmakologis dalam mengelola nyeri pada ibu hamil. Mahasiswa juga dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar praktik klinik dan inovasi pelayanan kesehatan maternal di tempat kerja

4. Bagi Puskesmas Bringin

Disarankan untuk mengintegrasikan pijat effleurage dalam layanan kesehatan ibu hamil guna mengurangi keluhan nyeri dan meningkatkan kesejahteraan.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mempelajari lebih lanjut tentang manfaat pijat effleurage, seperti pengaruhnya terhadap stres ibu hamil, kualitas tidur, dan kondisi janin. Penelitian ke depan juga disarankan untuk melihat manfaat jangka panjang dari pijat effleurage setelah kehamilan selesai.