

## **BAB V**

### **\KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **1.1 Kesimpulan**

##### **1.1.1 Pengkajian**

Hasil pengkajian keperawatan kedua kasus kelolaan pada ibu hamil trimester III didapatkan pengkajian data mayor dan minor ibu mengeluh tidak nyaman karena nyeri pada punggung bagian bawah, tampak gelisah, perubahan pada postur tubuh, perubahan pola buang air kecil, kesulitan tidur, tidak bisa rileks sesuai dengan tertera pada standar diagnosis keperawatan Indonesia.

##### **1.1.2 Diagnosis**

Diagnosis keperawatan yang diperoleh pada kedua kasus sama dengan data mayor yang tertera pada SDKI, yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan adaptasi kehamilan dibuktikan dengan ibu mengeluh tidak nyaman karena nyeri pada punggung, kesulitan dalam mencari posisi tidur yang nyaman, tampak gelisah, pola eliminasi meningkat, tubuh tampak lordosis.

##### **1.1.3 Perencanaan**

Perencanaan keperawatan yang telah ditetapkan pada kedua kasus untuk mengatasi masalah keperawatan gangguan rasa nyaman, yaitu intervensi utama terapi pemijatan (*endorphin massage*) dengan kriteria hasil status kenyamanan meningkat seperti rileks meningkat, keluhan tidak nyaman menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, pola eliminasi membaik. Terdapat juga intervensi pendukung untuk ibu hamil trimester III, yaitu dengan perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga.

#### **1.1.4 Implementasi**

Implementasi keperawatan pada kedua kasus kelolaan diberikan sesuai intervensi keperawatan dan kebutuhan pasien yang direncanakan selama 3 x 15 menit. Tindakan yang telah diberikan dapat terlaksana dengan baik dan pasien kooperatif dalam setiap tindakan keperawatan yang diberikan.

#### **1.1.5 Evaluasi**

Evaluasi keperawatan pada kedua kasus kelolaan dengan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung didapatkan bahwa status kenyamanan meningkat dengan semua kriteria hasil tercapai. Hasil yang dicapai antara lain pasien merasakan rileks dan nyaman karena nyeri pada punggungnya telah berkurang, tampak lebih nyaman melakukan aktivitas, gelisah menurun serta skala nyeri mengalami penurunan menjadi nyeri ringan, yaitu 2 (0-10) pada kasus pertama dan 2 (0-10) pada kasus kedua.

#### **1.1.6 Intervensi Inovatif Pemberian *Endorphin Massage***

Intervensi inovatif yang diberikan pada pasien adalah *endorphin massage*. Pemberian *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung diberikan untuk menurunkan nyeri pada punggung dengan hasil pemberian selama 3 x 15 menit didapatkan penurunan skala nyeri pada kedua kasus kelolaan, yaitu dari skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan) pada kasus pertama dan dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan).

### **1.2 Saran**

#### **1.2.1 Bagi Pasien dan Keluarga**

Diharapkan setelah diberikan teknik *endorphin massage*, ibu mampu melakukannya dibantu oleh keluarga sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri pada punggung.

### **1.2.2 Bagi Petugas Kesehatan**

Diharapkan hasil dari karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan pertimbangan bagi petugas kesehatan khususnya petugas yang menangani kunjungan ibu hamil, terutama pada ibu hamil trimester III yang mengalami ketidaknyamanan karena nyeri punggung dapat diberikan *endorphin massage* sebagai alternatif dalam penanganan nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil trimester III selama kehamilan.

### **1.2.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Institusi diharapkan bisa lebih meningkatkan pengayaan, penerapan, dan pengajaran asuhan keperawatan bagi mahasiswanya, penambahan sarana dan prasarana yang dapat menunjang ketrampilan mahasiswanya dalam segi pengetahuan, afektif dan psikomotor serta skill station.

### **1.2.4 Bagi Penulis Selanjutnya**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memanfaatkan karya tulis ini sebagai bahan masukan dan dapat melanjutkan membahas mengenai keefektifan *endorphin massage* khususnya untuk ibu hamil trimester III yang mengalami ketidaknyamanan karena nyeri punggung dengan menggunakan lebih banyak sampel sehingga didapatkan perbandingan keefektifan penggunaan *endorphin massage*. Selain itu, dapat melanjutkan penelitian ini dengan metode baru untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.