

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian “**Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023**”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum diberikan *Massage Endorphin* yaitu 3.11 dengan standar deviasi 0.784
2. Rata-rata intensitas nyeri punggung sesudah diberikan *Massage Endorphin* yaitu 2.05 dengan standar deviasi 0.746
3. Ada pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ).

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan melihat apa saja terapi yang dapat menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil dan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan awal dalam melakukan penelitian selanjutnya dalam bentuk multivariat.

## **2. Bagi STIKes Alifah Padang**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi untuk bahan mata kuliah yang akan berikan oleh pendidik yang dapat terus di kembangkan dengan mengacu tentang pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

## **3. Bagi Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang**

Dengan adanya penelitian ini dapat lebih mengembangkan apa saja yang terkait terjadinya nyeri punggung pada ibu trimester III dan dengan dilakukan penelitian ini diharapkan dapat mengaplikasikan *massage endorphin* untuk mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil.

