

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 09-13 April 2025 dengan dua pasien ibu hamil dengan diagnosis utama gangguan rasa nyaman punggung bawah di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan. Kedua pasien diberikan Tindakan *massage effleurage* sesuai dengan SOP (Standar Operasional Prosedur) selama 10 menit dengan frekuensi satu kali sehari yang dilakukan 3 hari berturut-turut dengan tujuan untuk mengurangi gangguan rasa nyaman pada punggung bawah ibu hamil. Penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian pada kedua pasien menunjukkan keluhan utama berupa nyeri punggung bawah pada usia kehamilan di atas 35 minggu, disertai gangguan tidur dan perubahan aktivitas, dengan perbedaan individu seperti usia, pola konsumsi, dan aktivitas harian. Diagnosis keperawatan pada pasien 1 mencakup gangguan rasa nyaman, gangguan tidur, dan ansietas, sedangkan pada pasien 2 meliputi gangguan rasa nyaman dan gangguan tidur. Intervensi direncanakan sesuai masalah masing-masing, berupa manajemen nyeri dengan *massage effleurage*, dukungan tidur, serta reduksi ansietas.
2. Penerapan *massage effleurage* yang dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) selama 10 menit dalam tiga hari berturut-turut.

3. Hasil studi kasus penerapan *massage effleurage* pada pasien 1 dan pasien 2 terdapat perbedaan yaitu penurunan skala nyeri pada pasien 1 dari skala 4 turun menjadi 1, dan untuk pasien 2 dari skala nyeri 3 turun menjadi skala 0. Perbedaan pada penurunan skala nyeri ini disebabkan karena faktor usia ibu, dan juga pada pasien 1 lebih sering beraktivitas dibanding pasien 2. Maka dapat diperoleh hasil akhir bahwa diagnosis gangguan rasa nyaman teratasi sebagian. Fakta tersebut ditandai dengan tercapainya tujuan dan kriteria hasil yang ditetapkan sebelumnya antara lain rileks meningkat, keluhan tidak nyaman menurun, gelisah menurun, keluhan sulit tidur menurun, lelah menurun.
4. Faktor pendukung dalam pelaksanaan studi kasus ini adalah sikap kooperatif dan antusias dari responden serta keluarga, yang turut berperan aktif selama proses implementasi *massage effleurage* berlangsung. Ketersediaan alat dan bahan yang mudah ditemukan juga mempermudah pelaksanaan intervensi. Namun, pelaksanaan studi ini tidak terlepas dari hambatan, seperti adanya responden yang kurang responsif sehingga memperlambat proses pengumpulan data, serta keterbatasan partisipasi akibat beberapa ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden.

## B. Saran

Setelah penulis melakukan studi kasus yang berjudul “Penerapan *Massage Effleurage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Punggung Bawah di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan” terdapat beberapa saran yang dapat penulis sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait dengan hasil studi kasus ini:

### 1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan anggota keluarga dapat menerapkan *massage effleurage* secara rutin di rumah ketika pasien merasakan ketidaknyamanan. Pasien juga dianjurkan untuk menjaga postur tubuh yang baik selama kehamilan, seperti posisi tidur miring ke kiri dan duduk dengan penopang punggung yang sesuai. Selain itu, diharapkan pasien dapat rutin kontrol ke puskesmas untuk pemeriksaan ANC, serta menerapkan pola makan sehat dan bergizi selama masa kehamilan.

### 2. Bagi Bidan Poli KIA Puskesmas Srandakan

Diharapkan bidan dapat mengenalkan dan mengajarkan teknik-teknik nonfarmakologis seperti *massage effleurage* kepada ibu hamil sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan. Bidan juga dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi tentang pentingnya dukungan keluarga, sehingga dapat diterapkan secara berkelanjutan di rumah.

### 3. Bagi Puskesmas Srandakan

Institusi yang terkait diharapkan menambah SOP (Standar Operasional Prosedur), Selain itu, puskesmas juga dapat mempertimbangkan integrasi intervensi nonfarmakologis seperti *massage effleurage* ke dalam program pelayanan kehamilan sebagai bentuk inovasi pelayanan yang holistik, murah, aman, dan mudah diterapkan.