

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah di uraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat nyeri pada ibu hamil yang mengalami kontraksi *Braxton Hicks* sebelum diberikan intervensi teknik *effleurage* sebagian besar tingkat nyeri ringan.
2. Tingkat nyeri pada ibu hamil yang mengalami kontraksi *Braxton Hicks* setelah diberikan intervensi teknik *effleurage* sebagian besar tingkat skala tidak nyeri.
3. Ada pengaruh teknik *effleurage* terhadap tingkat nyeri kontraksi *Braxton Hicks* pada ibu hamil usia 32 sampai 36 minggu.

Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian massage dengan teknik *effleurage* selama 45 detik dapat menurunkan nyeri kontraksi *Braxton Hicks* secara bermakna  $P < 0.05$ .

#### B. SARAN

1. Bagi profesi keperawatan diharapkan bisa mengaplikasikan secara nyata dan lebih mempublikasikan teknik *effleurage* dengan memberikan penyuluhan atau pengetahuan lebih lanjut tentang keefektifan teknik *effleurage* dalam menurunkan nyeri kontraksi *Braxton Hicks*.

2. Bagi para ibu hamil yang mengalami nyeri kontraksi *Braxton Hicks* diharapkan agar dapat melakukan teknik *effleurage* saat nyeri kontraksi *Braxton Hicks* dan mengerti tentang manfaat dan tujuan dari teknik *effleurage*.
3. Bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang teknik massase (*effleurage*), dengan massase yang berbeda untuk mengurangi kontraksi *Braxton Hicks*.

### C. KEKUATAN DAN KELEMAHAN

1. Kekuatan pada penelitian ini adalah menggunakan design pra-eksperimen dengan pendekatan Kohort dengan kelompok kontrol dan perancangan pretest-posttest sehingga mempunyai ketelitian cukup tinggi dan membandingkan hasil antara kelompok yang diberi perlakuan dengan yang tidak diberi perlakuan.
2. Kelemahan dan kekurangan pada penelitian ini adalah pengambilan datanya menggunakan lembar observasi skala nyeri sehingga hasil bersifat subjektif. Kelemahan dan kekurangan yang lain pada penelitian ini adalah tidak semua responden bisa diobservasi karena keterbatasan waktu responden dan responden punya kesibukan masing-masing. Responden juga saat di observasi tidak semua usia kehamilan dengan usia 32 sampai 36 minggu dan peneliti kesulitan untuk memprediksi munculnya kontraksi sehingga peneliti harus menunggu responden mengalami kontraksi.