

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Dari hasil studi kasus asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman kepada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) dengan intervensi *endorphin massage* di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025, dapat disimpulkan hal sebagai berikut :

1. Pengkajian keperawatan

Sesuai dengan teori yang tercantum pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), ditemukan data pengkajian keperawatan pada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) ,baik data mayor dan minor sudah sesuai dengan SDKI.

2. Diagnosis keperawatan

Diagnosis keperawatan yang diperoleh berdasarkan hasil pengkajian pada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan yang telah sesuai dengan teori pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI).

3. Intervensi keperawatan

Intervensi atau perencanaan keperawatan yang disusun untuk mengatasi masalah pada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) telah sesuai dengan teori yang terdapat pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), yang terdiri dari luaran keperawatan dan intervensi keperawatan. Luaran yang ditetapkan adalah setelah pemberian intervensi selama 3 x pertemuan selama 30 menit

diharapkan status kenyamanan meningkat dengan kriteria hasil sebagai berikut : rileks meningkat, keluhan tidak nyaman menurun, gelisah menurun, dan keluhan sulit tidur menurun. Intervensi yang ditetapkan meliputi intervensi terapi pemijatan (*endorphin massage*) dan intervensi perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan yang telah diberikan pada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) selama 3 x pertemuan selama 30 menit sesuai dengan intervensi yang telah direncanakan sebelumnya dan telah sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI).

5. Evaluasi keperawatan

Evaluasi keperawatan yang didapatkan pada subjek 1 (Ny PA) dan subjek 2 (Ny. WS) setelah pemberian intervensi selama 3x pertemuan selama 30 menit adalah pasien mengatakan merasa rileks dan nyaman meningkat, nyeri punggung menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun dan pola eliminasi membaik. Hal tersebut sudah sesuai dengan kriteria hasil yang direncanakan.

6. Pengaruh pemberian *Endorphin Massage*

Intervensi pemberian *endorphin massage* merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif digunakan untuk menurunkan ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. *Endorphin massage* diberikan 3 x pertemuan selama 15 menit diberikan *endorphin massage* menunjukkan hasil penurunan nyeri punggung dan status kenyamanan meningkat. Hasil tersebut didukung oleh beberapa penelitian

terkait pengaruh *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami masalah nyeri punggung.

B. Saran

1. Bagi petugas kesehatan di Puskesmas Klungkung I

Berdasarkan temuan penelitian ini, diharapkan para tenaga kesehatan dapat melakukan perawatan ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dengan memberikan *endorphin massage* untuk melepaskan hormon *endorfin* yang akan mengurangi keluhan ketidaknyamanan dan meningkatkan tingkat kenyamanan pada ibu hamil.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat membuat penelitian studi kasus yang telah dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dari penelitian ini, seperti metode *case control*, yang nantinya dapat melengkapi penelitian ini untuk menunjukkan seberapa besar pengaruh *endorphin massage* terhadap gangguan rasa nyaman pada ibu hamil.

3. Bagi keluarga dan masyarakat

Peneliti berharap pemberian *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami ketidaknyamanan akibat nyeri punggung dapat diteruskan dilakukan oleh keluarga dan masyarakat.