

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

1. Rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum diberikan *Pelvic Rocking* adalah 6,3 (SD = 0,949) dengan nilai minimal 5 dan nilai maksimal 8.
2. Rata-rata intensitas nyeri punggung trimester III sesudah diberikan *Pelvic Rocking* adalah 5,7 (SD = 0,949) dengan nilai minimal 4 dan maksimal 7.
3. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *Pelvic Rocking* dengan nilai p value (0,51). Hasil tersebut menunjukkan bahwa α (0,05) yang artinya tidak ada pengaruh *Pelvic Rocking* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

1.2 Saran

a. Bagi tempat penelitian

Diharapkan kepada Bidan Praktik Mandiri Hasnah Dewi dapat menerapkan teknik pelvic rocking Exercise pada pasien di klinik untuk mengurangi rasa nyeri pada trimester III.

b. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa dan mahasiswi Politeknik Kesehatan Riau Pekanbaru khususnya Jurusan Kebidanan yang ingin mengetahui tentang pengaruh Pelvic Rocking Exercise terhadap nyeri punggung pada trimester III.

c. Bagi peneliti lain

Merupakan bahan masukan dan informasi awal yang dapat dikembangkan dengan metode-
metode lain yang berhubungan dengan nyeri punggung pada trimester III.