BAB VI
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Herbal *Therapy Compress Ball* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2025, maka disimpulkan bahwa:

1. Rerata kadar nyeri punggung bawah ibu hamil sebelum 5.28 dan setelah 2.08 dilakukan Herbal *Therapy Compress Ball* di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas kota Padang tahun 2025.
2. Ada pengaruh Herbal *Therapy Compress Ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya penulisan ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan pembaca dan meneliti lebih dalam lagi tentang penurunan nyeri punggung bawah ibu hamil dengan variabel yang berbeda.

2. Bagi Institusi Universitas Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan dan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa Universitas Alifah Padang.

Sehingga penelitian ini dapat dilanjutkan dan lebih dikembangkan untuk penelitian yang baru.

3. Bagi Puskesmas Andalas Kota Padang

Diharapkan kepada Puskesmas Andalas kota Padang, agar Herbal *Therapy Compress Ball* dapat direkomendasikan sebagai terapi nyeri punggung bawah pada ibu hamil.