

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini akan menjelaskan kesimpulan dan saran sesuai dengan tujuan studi kasus melaksanakan penerapan *deep back massege* dan kompres hangat untuk menurunkan *low back pain* pada lansia di RW 04 Kelurahan Manyar Sebrangan Surabaya.

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Pelaksanaan penerapan *deep back massege* dan kompres hangat dilakukan sesuai standar asuhan keperawatan yaitu pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi.
2. Low back pain terjadi perubahan dari skala nyeri berat selama pemberian terapi dalam 7 kali pertemuan.
3. Penerapan *deep back massege* dan kompres hangat dapat menurunkan *low back pain* pada lansia di RW 04 Kelurahan Manyar Sebrangan Surabaya

#### **5.2 Saran**

1. Bagi pasien  
Diperlukan pemahaman yang benar tentang penanganan low back pain, sehingga penangan nyeri tidak selamanya memakai obat.

2. Bagi perawat

*Deep back massege* dan kompres hangat diharapkan dijadikan intervensi keperawatan mandiri yang dapat diberikan pada Lansia dengan diagnosa keperawatan nyeri *low back pain*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian tentang pengaruh *deep back massege* dan kompres hangat terhadap *low back pain* di harapkan lebih dikembangkan, sehingga dapat menambah keilmuan terutama dibidang keperawatan.