

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trisemester III penatalaksanaan senam hamil terhadap intensitas nyeri punggung ibu hamil, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa senam hamil efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung yang ibu hamil trisemester rasakan.

B. Saran

3. Saran teoritis

Dalam asuhan ini masih banyak terdapat kekurangan dalam penyajian data yang valid dan akurat, bagi yang hendak melakukan asuhan dengan menggunakan objek asuhan yang sama diharapkan dapat lebih menyajikan data yang lebih valid dan akurat. Untuk suhan selanjutnya juga perlu memperbanyak sampel klien dan lebih teliti daam melakukan asuhan.

4. Saran Praktis

1) Bagi Ibu Hamil

Diharapkan dapat menggunakan asuhan ini sebagai alternative atau sebagai salah satu jenis terapi yang lebih efektif dan lebih mudah dilakukan dalam menurunkan intensitas nyeri punggung.

2) Bagi Profesi Kebidanan

Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai ketidanyaman ibu hamil pada trisemester III, khususnya pada nyeri punggung yang umum dirasakan oleh ibu hamil trisemester III.