

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil asuhan dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaan pijat *endorphin* untuk menurunkan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III. *Endorphin massage* merupakan salah satu alternatif nonfarmakologi untuk mengatasi nyeri punggung khususnya pada ibu hamil trimester III.

#### B. Saran

1. Bagi bidan

Disarankan agar Bidan memberikan *Health education* dan mengajarkan pasangan ibu hamil *Endorphin massage* untuk meringankan gejala nyeri punggung.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Bagi Program Studi kebidanan diharapkan dapat memberikan bekal kompetensi bagi mahasiswa sehingga kedepannya mampu menerapkan asuhan pada ibu hamil khususnya untuk menurunkan intensitas nyeri punggung dengan *endorphin massase*.

### 3. Bagi Profesi

Hasil asuhan kebidanan ini menunjukkan bahwa profesi kebidanan sangat diharapkan dapat menerapkan asuhan pada ibu hamil tentang penatalaksanaan pijat *endorphin* sesuai standar pelayanan kebidanan dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan bagi kesejahteraan ibu dan bayi dengan memberikan pelayanan yang terbaik.

