

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Dengan dilakukan penatalaksanaan body mekanik pada ibu hamil trimester II dan III dapat menurunkan nyeri punggung selama kehamilan.

#### B. Saran

1. Bagi Profesi Ikatan Bidan Indonesia

Hendaknya profesi bidan terutama Ikatan Bidan Indonesia, perlu memberikan pendidikan kesehatan dan penyuluhan terutama tentang pentingnya body mekanik yang baik dan benar, sehingga ibu hamil dapat terhindar dari nyeri punggung.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan adanya asuhan kebidanan ini hendaknya pihak institusi pendidikan dapat mengaplikasikan cara melakukan body mekanik yang benar kepada para mahasiswinya, agar kelak lulusannya mampu memberikan praktek kepada masyarakat khususnya ibu hamil mengenai body mekanik yang benar.