

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III Penatalaksanaan *Endorphine Massage* Untuk Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa dengan pijatan *endorphine* ini efektif dalam menurunkan nyeri punggung yang menjadi keluhan ibu hamil pada trimester III.

B. Saran

1. Saran Teoritis

Dalam asuhan ini masih banyak terdapat kekurangan dalam hal pengkajian data. Oleh karena itu bagi yang hendak melakukan asuhan dengan objek yang sama, diharapkan nantinya melakukan asuhan lebih mendalam dan perlu memperbanyak sampel untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.

2. Saran Praktis

a. 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.

b. Bagi Lahan Praktik

Diharapkan laporan ini dapat digunakan sebagai bahan referensi terhadap setiap asuhan yang diberikan kepada klien agar dapat memberikan pelayanan yang lebih baik lagi sehingga klien mendapatkan kepuasan dari pelayanan yang telah diberikan.

c. Bagi Pendidikan

Diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pembelajaran khususnya pada mata kuliah asuhan kebidanan pada ibu hamil, supaya mahasiswa mengetahui bahwa Penatalaksanaan *Endorphine Massage* Untuk Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III, bisa dilakukan dengan cara non farmakologi yaitu dengan cara di pijat.

