

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Setelah dilaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. A dengan penerapan teknik pengurangan rasa nyeri pinggang dengan senam hamil didapatkan kesimpulan, sebagai berikut :

1. Pengkajian telah dilakukan dengan mengumpulkan data yang terdiri dari identitas klien, anamnesa dan pemeriksaan fisik pada Ny. A dengan nyeri punggung di PMB Annisak Meisuri, S.ST di wilayah Lampung Selatan tahun 2019.
2. Pada interpretasi data didapatkan diagnosa ibu hamil dengan nyeri punggung pada Ny. A di PMB Annisak Meisuri, S.ST di wilayah Lampung Selatan tahun 2019.
3. Pada pelaksanaan tindakan sesuai dengan rencana asuhan pada Ny. A dengan nyeri punggung di PMB Annisak Meisuri, S.ST di wilayah Lampung Selatan tahun 2019.
4. Diketahui skala nyeri pinggang sebelum dan sesudah dilakukan senam hamil dan penerapan body mekanik
5. Asuhan kebidanan ibu hamil telah didokumentasikan dalam bentuk SOAP yang telah dilaksanakan pada Ny. A dengan nyeri punggung di PMB Annisak Meisuri, S.ST di wilayah Lampung Selatan tahun 2019.

B. SARAN

Penulis menyadari akan kekurangan dalam laporan kasus ini, adapun saran yang hendak penulis sampaikan, adalah sebagai berikut :

1. Bagi Lahan Praktik

Setelah dilakukan Studi kasus dengan penerapan senam hamil pada ibu nyeri punggung diharapkan agar dapat diterapkan pada ibu hamil apabila terdapat masalah seperti ini. sebagai fasilitas kesehatan, diharapkan dapat lebih aktif dan selektif lagi terhadap penanganan

maupun pencegahan keluhan nyeri pinggang seperti meningkatkan konseling antara petugas kesehatan dan pasien, memberikan penyuluhan-penyuluhan, atau pun melalui pendekatan – pendekatan terutama di bidang kesehatan ibu dan lebih menggalakan lagi program senam hamil. Selain itu, Penyuluhan tentang senam hamil sebaiknya dilakukan secara berkala dengan memanfaatkan berbagai jalur komunikasi yang ada. tenaga kesehatan dalam hal ini bidan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan khususnya dalam mengurangi keluhan nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dengan mengajarkan dan membantu ibu hamil menerapkan senam hamil atau yoga hamil di rumah.

2. Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan lebih memperdalam dalam memberikan materi enterprener didalam kebidanan seperti senam hamil,sehngga dapat diterapkan oleh setiap mahasiswa dalam melaksanakan asuhan kebidanan dan diharapkan intitusi pendidikan dapat memperbanyak referensi di perpustakaan yang menyangkut tentang senam hamil, yoga hamil dan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Mahasiswa

Diharapkan lebih menggali lagi informasi dan berbagai sumber terpercaya dan mampu mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang sudah didapatkan selama berlangsungnya asuhan kebidan pada Ny. A sesuai dengan teori atau wewenang kebidanan.

4. Bagi Klien dan Masyarakat

Diharapkan klien dan masyarakat setelah dilaksanakan studi kasus ini mendapatkan ilmu pengetahuan baru mengenai penerapan senam hamil.sehingga apabila dalam masahamil terjadi lagi masalah seperti ini klien atau masyarakat sekitar dapat menerapkannya.

5. Bagi Penulis Lain

Bagi penulis lain, bisa dijadikan bahan referensi yang akan melakukan penelitian terkait sehingga dapat berkesinambungan dan dapat dijadikan sebagai dasar untuk melanjutkan penelitian yang lebih mendalam tentang masalah nyeri pinggang pada kehamilan.