

BAB V

SIMPULAN & SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan terhadap Ny. D dengan nyeri punggung dapat disimpulkan bahwa, Ny. D mengatakan nyeri pada bagian punggung dengan skala nyeri 6 atau nyeri sedang, klien mengatakan rasa nyeri yang dialami terkadang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Diagnosa yang didapat Ny. D G₂P₁A₀ hasil kehamilan dalam keadaan normal dengan keluhan nyeri punggung yang hilang timbul saat beraktivitas sehari-hari. Dari hasil pengkajian dapat dilihat masalah Ny. D dengan keluhan nyeri punggung. Rencana asuhan kebidanan yang akan diberikan kepada Ny. D adalah mengajarkan ibu gerakan senam pilates. Pelaksanaan asuhan dengan 5 kali kunjungan, dimulai sejak tanggal 26 Maret sampai dengan 05 April 2023. Menganjurkan Ny.D untuk menjaga posisi tubuhnya, istirahat yang cukup, senam pilates dan memberikan konseling tentang nyeri yang dialaminya.

Evaluasi dari pengkajian yang telah dilakukan, nyeri ibu berkurang setelah dilakukan asuhan kebidanan selama 5 kali kunjungan, ada penurunan skala nyeri punggung dengan menggunakan skala analog visual dari skala 6 atau nyeri sedang ke skala 2 atau nyeri ringan.

B. Saran

1. Prodi Kebidanan Metro

Saran yang diberikan penulis bagi program studi kebidanan Metro yaitu laporan tugas akhir ini dapat menjadi sumber referensi mahasiswa dalam memberikan asuhan pada ibu hamil untuk mengurangi nyeri punggung TM III

dengan teknik senam pilates. Sehingga dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang mengatasi pengurangan nyeri punggung dengan senam pilates.

2. TPMB Monica Dian Pratiwi

Saran yang diberikan penulis bagi lahan praktik bahwa dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada TM III dapat diatasi dengan teknik senam pilates untuk mengurangi nyeri punggung.