

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Simpulan**

Pada penelitian ini penulis melakukan terapi yaitu dengan posisi tidur terhandap Ny N yang dilakukan pada saat istirahat 2x yaitu pada saat tidur siang dan malam, selama 30 menit, jika melakukan secara berturut-turut maka akan efektif. Peneliti melakukan intervensi pada Ny N selama 17 hari dan hanya dilakukan sebanyak 11 hari, ternyata posisi tidur efektif untuk mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III.

Posisi tidur sendiri memiliki manfaat dengan miring menggunakan bantal dapat mengurangi tekanan pada pembuluh darah balik ( vena cava inferior) dan juga posisi ini akan mengaliri sirkulasi darah yang sehat untuk janin yang didalam rahim

#### **6.2 Saran**

##### **6.2.1 Bagi lahan penelitian**

Petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan asuhan kebidanan sesuai dengan standar asuhan kebidanan dan standar pelayanan kebidanan serta mengikuti program pemerintah sebagai upaya untuk memantau dan mendeteksi secara dini penyulit dan komplikasi pada proses kehamilan, persalinan, nifas dan bayi baru lahir.

##### **6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan asuhan kebidanan ini dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswa dalam meningkatkan proses pembelajaran dan data dasar untuk

asuhan kebidanan terintegrasi selanjutnya. Dan diharapkan penelitian ini dapat terus dilanjutkan.

#### 6.2.3 Bagi Penulis

Penulis harus terus menggali pengetahuan dan mengasah keterampilan dalam melakukan pelayanan kebidanan serta kemampuan dalam memberikan konseling mengenai kasus kesenjangan yang ada dimasyarakat. Selain itu penulis harus memperbaiki keterbatasan dalam penelitian ini sehingga apabila penelitian ini dilanjutkan segala keterbatasan seperti kurangnya penegakan diagnose nyeri pinggang dengan data objektif menggunakan lembar ceklis ditambahkan, pemeriksaan penunjang yang belum dilakukan harus dilaksanakan, selain itu kunjungan neonatus dan kunjungan nifas harus dilaksanakan sebagaimana mestinya.