

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Perlu perhatian khusus yang di alami oleh perubahan yang terjadi pada ibu postpartum, karena kehamilan dan bersalin ialah tahap perkembangan normal yang memang akan dialami oleh seorang perempuan. Perubahan yang terjadi tak jarang membuat perempuan banyak yang belum siap untuk menghadapinya, mulai dari perubahan fisik, hormone, hingga lingkungan serta kebiasaan yang akan mengalami perubahan. Banyak wanita yang belum siap yang terjadi pada tubuh dan keadaan pada saat postpartum sehingga dalam menyelesaikan tugas perkembangan wanita rentan sekali mengalami stress yang berakibatkan depresi postpartum. Depresi postpartum sendiri adalah sebutan bagi wanita yang depresi setelah proses melahirkan. Jangka waktu depresi post partum (DPP) biasanya timbul pada saat hari-hari awal dan minggu awal setelah melahirkan. Masalah kejiwaan yang timbul biasanya muncul dalam bentuk gangguan keadaan hati yang tidak stabil, kesedihan, *dysphoria* dan bingung atas peran dan keadaan dirinya sendiri.

V.2 Saran

Bagi istri yang akan berperan menjadi ibu dan suami yang akan berperan menjadi ayah membutuhkan persiapan keilmuan untuk mengantisipasi terjadinya *postpartum blues*. Bagi suami dan keluarga terdekat, pemberian dukungan emosional mampu memberikan motivasi dan penyesuaian diri ibu baru.