

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang dicapai dan potensi keberlanjutan mengenai Karya Ilmiah Akhir Ners berupa pembuatan produk *booklet* dengan judul “Mengetahui Kecemasan Pada Ibu Menyusui”, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Produk *booklet* hanya memuat tentang kecemasan pada ibu menyusui dan 3 upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu menyusui, yaitu pijat oksitosin, teknik relaksasi nafas dalam, dan mendengarkan musik.
- b. Produk *booklet* dibuat untuk memberikan edukasi terhadap kecemasan terhadap ibu menyusui, sehingga dapat mengatasi dan mengurangi kecemasan tersebut.
- c. Produk *booklet* dibuat dengan ukuran kertas A5 (148 x 210 mm) dengan bentuk *portrait* terdiri dari 21 halaman didesain dengan beberapa gambar ilustrasi dan jenis font yang menarik.

V.2 Saran

- a. Pada pengembangan selanjutnya, bisa ditambahkan informasi dan edukasi yang lebih lengkap dan lebih meluas mengenai kecemasan pada ibu menyusui.
- b. Pada informasi tentang upaya mengatasi kecemasan pada ibu menyusui dapat ditambahkan dengan beberapa solusi dan tips sehingga lebih banyak referensi dalam melakukan upaya mengatasi kecemasan pada ibu menyusui.