

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan pada ibu *postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Mayoritas responden berada dalam kategori usia tidak berisiko (25—35 tahun) sebanyak 12 orang (80%), dan dari 15 responden, 8 orang (53,3%) diantaranya adalah ibu rumah tangga. Tingkat pendidikan yang paling umum di antara responden adalah lulusan SMA atau perguruan tinggi, yaitu sebanyak 9 orang (60%). Dalam hal persalinan, sebagian besar responden melakukan persalinan secara normal, yaitu sebanyak 10 orang (66,7%), dan mayoritas bukan melahirkan anak pertama sebanyak 9 orang (60%).
- b. Sebelum diberikan psikoedukasi sebagian besar responden mengalami *baby blues* sebanyak 8 orang (53,3%). Sedangkan, setelah diberikan psikoedukasi responden yang mengalami *baby blues* yaitu 2 orang (13,3%).
- c. Terdapat pengaruh program psikoedukasi terhadap kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* sebelum dan setelah diberikan psikoedukasi yang dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,009 yang berarti nilai  $H_0$  ditolak karena nilai signifikansi  $< 0,05$ , selain itu memiliki t statistik  $3,055 > 2,145$  (t tabel).

## V.2 Saran

### a. Bagi Ibu *Postpartum* dan Ibu hamil

Bagi ibu *postpartum* diharapkan dapat mengaplikasikan pengetahuan yang telah diberikan melalui program psikoedukasi ini, sehingga dapat mencegah ibu *postpartum* mengalami depresi yang lebih berat. Selain itu, diharapkan ibu *postpartum* yang merencanakan kehamilan selanjutnya dan calon ibu hamil lainnya dapat mengikuti kegiatan psikoedukasi terkait *baby blues* secara rutin dimulai pada awal kehamilan agar mencegah terjadinya *baby blues*.

### b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan untuk para praktisi pendidikan khususnya Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana agar dapat menjadi bahan pembelajaran tentang pencegahan dan penanganan *baby blues* untuk diberikan kepada mahasiswa.

### c. Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan Wilayah Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor

Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan di wilayah Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor diharapkan dapat meningkatkan dan memaksimalkan pelayanan kepada masyarakat khususnya ibu *postpartum* dan ibu hamil dalam bentuk psikoedukasi *baby blues* atau memberikan rujukan kepada pasien untuk mendatangi fasyankes yang menyediakan jasa psikolog secara rutin selama masa kehamilan agar mencegah terjadinya *baby blues*.

### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti penelitian serupa diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini terutama menambahkan kelompok baru yaitu kelompok kontrol. Sehingga penelitian dapat dilakukan menggunakan metode lain yaitu *Quasi Eksperimental*, serta mengukur hubungan intervensi psikoedukasi terhadap kejadian *baby blues* apabila dikaitkan dengan variabel lain yang berpengaruh (analisis multivariat).