

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pemberian *treatment* totok wajah terhadap ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Buana Pemaca Tahun 2021 pada bulan Januari 2022 dengan jumlah sampel 15 ibu nifas dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kecemasan sebelum diberikan *treatment* totok wajah diperoleh hasil rata-rata skor HARS 18,33.
2. Kecemasan setelah diberikan *treatment* totok wajah diperoleh hasil t rata-rata skor HARS 13,33.
3. Hasil uji analisis data dengan uji *paired sample test* bahwa Nilai signifikansi (*2-tailed*) adalah 0.000 ( $p < 0.05$ ) dan nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $11,754 > 2,144 t_{tabel}$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan kecemasan pada ibu nifas sebelum diberikan *treatment* totok wajah dan setelah diberikan *treatment* totok wajah dengan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya adanya pengaruh yang signifikan dalam pemberian *treatment* totok wajah terhadap kecemasan pada ibu nifas.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian pemberian *treatment* totok wajah di wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca, maka saran yang dapat diberikan peneliti adalah :

### 1. Bagi Ibu Nifas

Disarankan kepada ibu nifas dapat mencari informasi tentang *treatment* totok wajah yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas sehingga mengetahui apa yang harus dilakukan apabila mengalami kecemasan.

### 2. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Disarankan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk mempertahankan kualitas perguruan tinggi yang unggul dalam mendukung para mahasiswa untuk memanfaatkan waktu dengan baik dan efisien dalam menjalankan penelitian pembuatan skripsi.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang *treatment* totok wajah, melanjutkan dengan membandingkan menggunakan metode lain dan memperluas wilayah dan jumlah responden sehingga hasil dapat digeneralisasikan pada penelitian selanjutnya.