

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi responden yang mendapatkan dukungan suami berjumlah 46 responden (68,6%) dan yang tidak mendapatkan dukungan suami berjumlah 21 responden (31,4%)
2. Distribusi frekuensi responden yang mengalami postpartum blues (depresi ringan) berjumlah 44 responden (65,7%) dan yang mengalami postpartum blues (depresi sedang) berjumlah 23 responden (34,3%).
3. Ada hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues (p value = 0,000) di Puskesmas Sanur Kabupaten Nunukan Kalimantan Utara.

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan ibu nifas, seperti memberikan dukungan emosional, informasional, penghargaan dan kelompok yang dapat dilakukan oleh suami ibu nifas tersebut dalam upaya mencegah terjadinya *postpartum blues*

2. Bagi Institusi Puskesmas

Diharapkan kepada institusi kesehatan membuat suatu program penilaian kondisi psikologis masa nifas seperti skrining EPDS, sehingga kejadian *postpartum blues* terdeteksi dan terdata dengan baik. Diharapkan

pula pada penentuan langkah selanjutnya mengenai pencegahan dan penanganan *postpartum blues* yang dapat diterapkan di Puskesmas Sanur Kabupaten Nunukan Kalimantan Utara dan diharapkan angka kejadian *postpartum blues* dapat berkurang dan tidak berlanjut menjadi kondisi yang lebih berat

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti untuk lebih meluaskan ruang lingkup penelitian mengenai *postpartum blues*, seperti menambah variabel dan menambah jumlah sampel dalam penelitian. Selain itu peneliti juga dapat menambahkan faktor lain yang berkaitan dengan *postpartum blues* seperti kondisi bayi dan riwayat persalinan ibu.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai literatur bagi peneliti selanjutnya untuk melihat variabel lain yang berhubungan dengan kejadian *postpartum blues*. Sehingga peneliti selanjutnya dapat menggali lebih dalam lagi mengenai faktor – faktor yang berhubungan dengan *postpartum blues*.