

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran karakteristik terjadinya postpartum blues pada ibu postpartum hari ke 3-10 yang dilakukan pada tanggal 1-14 Juni 2011 di BPS Ny. Mu'arofah, AMd. Keb di Asemrowo-Surabaya dengan jumlah responden sebanyak 25 responden, didapatkan simpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan umur responden, ibu postpartum yang berumur 20-35 tahun hampir seluruhnya mengalami *postpartum blues*.
2. Berdasarkan pendidikan responden, ibu postpartum yang berpendidikan SMA hampir setengahnya mengalami *postpartum blues*.
3. Berdasarkan paritas responden, ibu postpartum yang berparitas primipara sebagian besar mengalami *postpartum blues*.
4. Berdasarkan riwayat proses persalinan, ibu postpartum yang memiliki riwayat persalinan normal hampir seluruhnya mengalami *postpartum blues*.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi penulis selanjutnya  
Diharapkan dapat mengembangkan penelitian gambaran karakteristik terjadinya postpartum blues hari ke 3-10 dengan metode yang berbeda misalnya eksperimen dan komparatif dengan sampel yang lebih banyak dan waktu yang lebih lama.

2. Bagi responden

Dengan adanya penelitian ini diharapkan ibu dapat lebih terbuka kepada orang-orang terdekatnya atau berbicara pada orang yang lebih dipercayanya jika mengalami masalah/kesulitan sehingga solusi bisa didapat atau sedikit banyak dapat meringankan beban dan masalah dapat ditangani dengan cepat serta tidak berlarut-larut. Bersikap ikhlas dan tulus dengan peran barunya sebagai ibu.

3. Bagi keluarga

Hendaknya keluarga/suami/orang terdekat lebih mendukung dengan cara memberi perhatian pada ibu, membantu ibu dalam melakukan perannya merawat bayinya karena dukungan dari keluarga/suami akan sangat menyenangkan hati dan dapat meringankan beban.

4. Bagi tenaga kesehatan

Hendaknya tenaga kesehatan khususnya bidan bisa lebih perhatian dengan kondisi psikologis ibu sehingga gangguan psikis ini tidak berkembang ke kondisi yang lebih parah sehingga dapat ditangani secara dini.