

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an terhadap Kecemasan Menyusui pada Ibu *Postpartum Primipara* di Praktik Mandiri Bidan Siswati, SKM, Kertomulyo, Pati tahun 2022” yang telah dilakukan pada bulan Oktober - November 2022 di PMB Siswati, SKM, Kertomulyo, Pati dengan total 33 orang jumlah responden, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kecemasan menyusui ibu *postpartum primipara* sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur’an menunjukkan 4 orang mengalami kecemasan ringan (12%), 6 orang mengalami kecemasan sedang (18%), dan 23 orang mengalami kecemasan berat (70%).
2. Kecemasan menyusui ibu *postpartum primipara* sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur’an yaitu 10 orang tidak mengalami kecemasan (30%) dan 23 orang mengalami kecemasan ringan (70%).
3. Terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur’an terhadap kecemasan menyusui pada ibu *postpartum primipara* dengan diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* $0,000 < 0,05$ dan nilai *Z* -5,025 yang menunjukkan bahwa ada perubahan tingkat kecemasan sebanyak 5 kali sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur’an.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat terkhusus ibu nifas diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terkait pengaruh terapi murottal Al-Qur’an terhadap kecemasan

menyusui yang diutamakan pada ibu nifas primipara, sehingga mengetahui apa yang harus dilakukan apabila mengalami kecemasan menyusui.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan disini bertugas sebagai pemerhati perubahan psikologis pada ibu nifas terkhusus ibu nifas primipara. Sehingga dapat meningkatkan pelayanan komplementer atau tambahan pada masa nifas sebagai salah satu Langkah alternatif untuk mengurangi kecemasan menyusui pada masa nifas dengan memberikan intervensi terapi murottal Al-Qur'an.

3. Bagi Peneliti Lain

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap kecemasan menyusui pada ibu nifas *primipara*. Dengan melanjutkan secara membandingkan dengan metode lain dan memperluas wilayah serta jumlah responden sehingga hasil dapat digeneralisasikan.

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA