

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap gejala *postpartum blues* pada ibu nifas di PMB Umu Hani Kab. Bantul dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden ibu nifas di PMB Umu Hani, Kabupaten Bantul, berada dalam rentang usia produktif 20-35 tahun, dengan tingkat pendidikan SMA atau sederajat. Sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga dan baru pertama kali melahirkan (primipara), dan sebagian responden berada dalam usia kehamilan 37-40 minggu.
2. Hasil analisis diperoleh nilai intensitas gejala *postpartum blues* pada ibu nifas di kelompok intervensi sebagian besar nilai gejala *postpartum blues* sebelum intervensi mengalami resiko rendah dan resiko sedang, sedangkan pada kelompok kontrol sebelum intervensi Sebagian besar mengalami resiko rendah.
3. Hasil analisis setelah pemberian aromaterapi pada kelompok intervensi mengalami penurunan yaitu dari nilai intensitas gejala sedang menjadi gejala rendah, dan dari gejala rendah menjadi tidak ada gejala. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat adanya penurunan nilai intensitas gejala *postpartum blues*.
4. Ada pengaruh pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Gejala Postpartum blues pada ibu nifas di PMB Umu Hani Kab. Bantul dengan nilai *p value* 0,013 (<0,005)

B. Saran

Beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan antara lain :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi sumber pustaka, sehingga dapat membantu wawasan dan pengetahuan tentang gejala *postpartum blues* dan penanganan non farmakologis dengan pemberian aromaterapi lavender.

2. Bagi Lokasi Penelitian

Diharapkan dapat menginformasikan hal-hal yang berkenaan mengenai gejala *postpartum blues* sehingga ibu dan keluarga dapat paham dan mengerti penyebab terjadinya *postpartum blues*.

3. Bagi Responden

Diharapkan responden mengetahui informasi mengenai gejala *postpartum blues* sehingga ibu dapat mencegah atau mengatasi terjadinya gejala *postpartum blues*, dengan penanganan pemberian aromaterapi lavender.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya melakukan penelitian lebih mendalam mengenai dukungan keluarga dan ancaman terhadap *self eksternal* yang lebih mendalam, dengan demikian, hal yang dapat menimbulkan bias dalam pengukuran gejala *postpartum blues* dapat dihindari dengan penanganan pemberian aromaterapi lavender.