

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon I dan II paling banyak proporsinya berada pada usia 20–35 tahun, multipara, berpendidikan menengah, tidak bekerja, dengan jenis persalinan normal, serta tinggal bersama keluarga inti.
2. Tingkat stres ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon I dan II sebagian besar berada pada kategori stres rendah. Namun, masih terdapat ibu postpartum yang mengalami stres sedang dan stres tinggi.
3. Berdasarkan tabulasi silang ibu postpartum dengan usia 20-35 tahun, berpendidikan menengah, dan tidak bekerja cenderung mengalami stres rendah. Namun, tingkat stres tinggi lebih banyak ditemukan pada ibu postpartum usia <20 tahun, primipara, berpendidikan menengah, dan tidak bekerja.

B. Saran

1. Bagi Bidan Puskesmas Sewon I dan II
Bidan disarankan untuk mempertahankan pelayanan asuhan kebidanan secara komprehensif terkait kesehatan psikologis ibu postpartum melalui upaya deteksi dini, edukasi, serta pendampingan selama masa postpartum.

2. Bagi Ibu Postpartum

Ibu nifas disarankan untuk lebih meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan psikologis selama masa postpartum, mengenali tanda-tanda stres yang dialami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai stres postpartum dengan menambahkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu