

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengumpulan data penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2022, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebanyak 29 orang (64,4%) responden yang mengalami pola tidur yang buruk di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2022.
2. Sebanyak 29 orang (64,4%) responden yang mengalami postpartum blues pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2022.
3. Terdapat hubungan pola tidur ibu post partum dengan postpartum blues di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2022, dengan p-value 0,002 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Andalas Padang

Diharapkan kepada Puskesmas Andalas Padang mensosialisasikan kembali suatu program penilaian kondisi psikologis masa nifas seperti skrinning dengan *Endinburhg Postnatal Depression Scale* (EPDS), sehingga kejadian postpartum blues terdeteksi dan terdata dengan baik.

2. Bagi STIKes Alifah Padang

Diharapkan dapat meningkatkan pendidikan agar informasi hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya

pengetahuan dan keperluan referensi ilmu keperawatan tentang hubungan pola tidur ibu post partum dengan postpartum blues.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian, dengan menggunakan variabel yang berbeda seperti dukungan suami dan dukungan keluarga.

