

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan pengolahan data dengan metode statistik beserta analisisnya, maka penelitian ini menghasilkan kesimpulan:

- a. Kecemasan menyusui pada ibu nifas sebelum di berikan *Hypnobreastfeeding* masih dalam kategori tinggi ( Mean 25.35 ) dan 65 % nya berada di atas mean
- b. Kecemasan menyusui pada ibu nifas setelah di berikan *Hypnobreastfeeding* menunjukkan penurunan kecemasan (Mean 18,47) dan 54 % nya berada di bawah mean
- c. Terdapat pengaruh yang signifikan *Hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu nifas dari hasil SPSS sig.2 tailed 0.000

#### 6.2 Saran

- a. Bagi Tempat Penelitian

Dapat digunakan sebagai acuan dan tindakan intervensi non obat untuk menangani gangguan menyusui terkait *Hypnobreastfeeding* dan kecemasan menyusui.

- b. Bagi Tenaga Kesehatan

Bidan dan tenaga kesehatan lainnya lebih aktif dan lebih banyak menambah skill serta upgrade ilmu-ilmu terbaru untuk dapat menurunkan kecemasan khususnya menyusui pada ibu nifas

c. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran dan pengetahuan bagi masyarakat penyebab dari tingkat kecemasan dan *Hypnobreastfeeding*

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Digunakan sebagai tambahan ilmu mengenai Pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan sehingga antara teori yang didapat dari mata kuliah sama dengan kejadian waktu dilapangan. Dapat memberikan solusi-solusi yang dibutuhkan untuk memecahkan masalah. Bagi penelitian selanjutnya yang melakukan penelitian serupa di harapkan peneliti menggunakan kuesioner dan kalimat afirmasi yang lain serta mempertimbangkan faktor faktor lain yang bisa mempengaruhi hasil dari penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I, M & Septiyana. (2018). Kecemasan Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Gangguan Proses Laktasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* Volume 1 No 2, Hlm: 99-104. September 25, 2019. <https://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/133>
- Andriana, E. (2014). *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Anggraini, Y. (2012, Juni). *Hypnobreastfeeding*. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai* Volume V No 1. November 25, 2019. <https://ejournal.poltekkestjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/1414>
- Annisa, D, F & Ildil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor* Volume 5 Nomor 2. Desember 10, 2019. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/6480>
- Aprillia, Y. (2010). *Hipnotetri Rileks, Nyaman, Dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Armini, N. W. (2016). *Hypnobreastfeeding Awali Suksesnya Asi Eksklusif*. *Jurnal skala Husada* Volume 13. No 1. November 10, 2019. <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JSH/article/66>
- Bentelu, F. E. M., Kundre, R., & Bataha, Y. B. (2015, Oktober). Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Proses Menyusui Antara Ibu Primipara Dan Multipara Di Rs Pancaran Kasih Gmim Manado. *Jurnal Keperawatan* Vol 3. No 2. November 25, 2019. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/9593>
- Depkes RI. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Diakses November 30, 2019. <http://www.depkes.go.id>
- Dewi, V. N. L., & Sunarsih, T. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Gurnita, F. W., Suwondo, A., & Astuti, R, S, E, P. (2020, Februari). Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Postpartum Primipara JIKA, Volume 4, Nomor 2. April 5, 2020. <http://e-journal.ar-um.ac.id/index.php/JIKA/article/view/94>
- Guyton, H, JE, & Hall (2016). *Textbook of Medical Physiology*. Singapore Elsevier (Singapore) Pte Ltd.
- Kamariyah, N. (2014, Februari). *Kondisi Psikologi Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui Di BPS Aksi Pakis Sido Kumpul Surabaya*.

- Jurnal Ilmiah Kesehatan. Volume 7, No 12. Hlm: 29-36. April 6, 2020.  
<https://journal2.unusa.ac.id/index.php/JHS/article/view/483>
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2014*.
- Komariah, N. (2017, Desember). *Hubungan Antara Usia Ibu Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum Di BPM Teti Herawati Palembang*. Jurnal Kesehatan Palembang. Volume 12 No. 2. hlm: 103-107. April 5, 2020.  
<https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/JPP/article/view/21>
- Kusmiyati, Y & Wahyuningsih, H. P. (2014, September). *Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Kecemasan Dan Waktu Pengeluaran Air Susu Ibu Pada Ibu Post Partum Primipara Di Yogyakarta*. Jurnal Teknologi Kesehatan. Volume 10. No 2. hlm: 123-127.  
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/473/> 2014
- Laksana, H. (2017). *Hypnotic Power Rahasia Membaca Dan Memengaruhi Isi Hati Dan Pikiran Orang Lain Dengan Hipnotis*. Yogyakarta: Araska.
- Mansyur, N & Dahlan, K, 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang: Selaksa Media.
- Marmi & Magiyanti (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Peuperium Care*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Marmi., & Magiyati. (2017). *Pengantar Psikologi Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mardjun, Z., Korompis, G. & Rompas, S. (2019, Februari). *Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado*. Jurnal Keperawatan, Volume 7 Nomor 1. Hlm: 1-8. April 5, 2020.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Sari, L. P., Salimo, H. & Budihastuti, U. R. (2019, Maret). *Hypnobreastfeeding Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional, Volume 4. No 1. hlm: 1-56. November 19, 2019  
<https://www.jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article>
- Sihombing, S. (2018, Januari). *Hubungan Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Keja Puskesmas Hinai Kiri 2017*. Jurnal Bidan Volume 5 No. 01. hlm: 40-45. April 9, 2020.

- Sofiyanti, I., Astuti, F. P., & Windayanti, H. (2019, September). Penerapan Hypnobreastfeeding pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Midwifery* Volume 2. No 2. November 20, 2019. <http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/ijm/article/view/267/249>
- Solehati, T., & KosasiH, C.E. (2015). *Konsep & Aplikasi Relaksasi Dalam keperawatan Maternitas*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sukma, F. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada masa Nifas*. Jakarta: FKKUMJ.
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka baru press.
- Wahyuningsih, H. P. (2018). *Bahan Ajar Kebidanan Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan .Desember 10, 2019 <https://www.bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2018/09>
- Walyani, E. S & Endang, P. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- WHO. (2019). *Breastfeeding*. [https://www.who.int/nutrition/topics/exclusive\\_breastfeeding/en/November25, 2019](https://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/November25,2019).