

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengumpulan dan analisa data yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan yaitu :

6.1.1 Berdasarkan hasil penelitian terdapat 7 responden yang diberi teknik *effleurage massage*. Seluruhnya mengalami penurunan skor post partum blues sehingga menjadi negatif yaitu 7 responden (100%)

6.1.2 Berdasarkan hasil penelitian terdapat 7 responden yang tidak diberi teknik *effleurage massage*. Seluruhnya tidak mengalami perubahan dengan 3 responden (42,9%) negatif dan 4 responden (57,1%) positif.

6.1.3 Hasil uji statistik paired t-test didapatkan nilai signifikan pada kelompok eksperimen  $0.018 < 0.05$ , tetapi pada kelompok kontrol  $1.000 > 0.05$  Artinya kelompok yang diberi perlakuan pemberian teknik *effleurage massage* lebih efektif terhadap kejadian *post partum blues* pada primipara. Sedangkan kelompok kontrol tidak ada perbedaan terhadap kejadian *post partum blues* pada primipara.

#### **6.2 Saran**

##### **6.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya peneliti dapat memperhatikan faktor – faktor post partum blues. Sehingga memiliki kajian yang lebih luas dan resiko disetiap faktornya.

##### **6.2.2 Bagi Responden**

Diharapkan bagi ibu nifas yang mengetahui kondisinya pasca melahirkan, sehingga mampu bersikap dan menyikapi akan kejadian dan kenyataan yang ada.

### 6.2.3 Bagi Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan perlu melakukan sosialisasi mengenai dampak dari kecemasan ibu nifas hingga terjadinya post partum blues., karena ini merupakan hal yang sangat esensial bagi ibu baru yang mana tidak memiliki pengalaman akan hal tersebut

### 6.2.4 Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan karya tulis ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penulisan karya tulis selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananto, Dwi Prasetyo. 2017. *Pengaruh Massage Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo*. Purworejo. [skripsi] (ID): Universitas Negeri Yogyakarta
- Anwar, Muhammad Nurul. 2018. *Efektivitas Manipulasi Effleurage Terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan Dan Stres Pada Lansia Di Dusun Plumbon, Banguntapan, Bantul*. [skripsi] (ID): Universitas Negeri Yogyakarta.
- Aryani, Yeni; Masrul; evareny, Lisma. 2015. *Pengaruh Masase pada Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin*. Artikel. Jurnal Kesehatan Andalas. 2015; 4(1)
- Barnes, Tanja. 2017. *Massage 101 A Training Workshop For Couples & Non-Professionals*. Los Angles. Tanja Barnes Licensed Massage Therapist
- Chasanah, Nur Istiani; Pratiwi, Kurniasari dan Martuti, Sri. 2016. *Post Partum Blues pada persalinan dibawah dua puluh tahun*. Jurnal Psikolog UNDIP, 15 (2), 117-123.
- Fatmawati, Diah Ayu. 2015. *Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues*. Jombang. Jurnal Edu Health, Vol. 5 No. 2
- Grande Preire Physiotherapy and Massagae, 2017. *Banish the Baby Blues: 6 Benefits of Post Natal Massage*. Canada. Grande Preire Physiotherapy and Massagae
- JL. Colex et al, 2015. *Edinburgh Postnatal Depression Scale*. Artikel, 211-212.
- Khasanah, Nurun Ayati dan Sulistyawati, Wiwit, 2017. *Asuhan Nifas dan Menyusui*. Bahan Ajar. Surakarta: Kekata Grup

Kirana, Yuke, 2015. *Hubungan tingkat kecemasan postpartum dengan kejadian post partum blues di Rumah Sakit Yudistira Cimahi*. Jurnal Imlu keperawatan, 3 (10), 26.

Kurniasari, Devi dan Astuti, Yetti Amir, 2015. *Hubungan antara karakteristik ibu, kondisi dukungan sosial suami dengan post partum blues pada ibu dengan persalinan SC di Rumah Sakit Umum Metro Ahmad yani*. Jurnal Kesehatan holistik, 9 (3), 115-125

Kusumasuti; Astuti, Dwi Puji; Dewi, Adinda Putri Sari. 2019. *Efektivitas Massage Terapi Effleurage Guna Mencegah Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas*. Pekalongan. Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK) Vol XII, No I.

Maritalia, Dewi, 2012. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Masitoh, Dewi. 2018. *Efektifitas Pijat Teknik Effleurage Massage Dengan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan Nyeri Pada Ibu Nifas Hari Pertama Di Bpm Umi Muntamah*. [karya tulis ilmiah] (ID): STIKES Muhammadiyah Gombong.

Massage Therapy Thecniques. 2010. *Information about Massage Thecniques*. Canada.

NIngrum, Susanti Prasetya. 2017. *Faktor – faktor psikologis yang mempengaruhi post partum blues*. Jurnal Ilmiah Psikologi, 4 (2), 205-211

Notoatmodjo, S. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Physioblast, 2019. *Therapeutic Massage Techniques*. India. Precursors of New PT Movement

Pramasatya, Ilham. 2018. *Hubungan Antara Usia Dan Paritas Dengan Kejadian Baby Blues Syndrome* . Surakarta. [skripsi] (ID): Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Quintero et al. *Postpartum emotional psychopathological outcomes*. Artike. Volume 2:4, 101-103.

Roswiyani, 2015. *Postpartum Depression*. Jakarta. Temu Ilmiah Nasional II

Samarpan Physiotherapy Clinic. 2017. *Effluarage Massage Therapy : Hand On Technique*. Artikel

Sarli, Desi. 2018. *The Effect Of Massage Therapy With Effleurage Techniques As A Prevention Of Baby Blues Prevention On Mother Postpartum*. *Int J Adv Life Sci Res*. Volume 1(3)15-21

Wardhana, Made. 2016. *Psikoneuroimunologi*. Bali. Vaikuntha International Publication