

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari hasil pembahasan maka dapat disusun kesimpulan dan saran mengenai pengaruh penerapan postur restoratif yoga terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III di PMB Sulaikah Sumbermanjing Kulon Kabupaten Malang.

#### 6.1 Kesimpulan

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

##### 6.1.1 Tekanan darah pada ibu hamil trimester III sebelum pemberian jus labu siam

Dari hasil penelitian didapatkan responden yang dinilai menggunakan Tensi meter di PMB Sulaikah Sumbermanjing Kulon Kabupaten Malang keseluruhan memiliki tekanan darah tinggi yaitu 15 responden (100%).

##### 6.1.2 Tekanan darah pada ibu hamil trimester III setelah pemberian jus labu siam

Setelah dilakukan pemberian jus labu siam terhadap 15 responden yang dinilai menggunakan tensi meter di PMB Sulaikah Sumbermanjing Kulon Kabupaten Malang rata-rata mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 13 orang (73%) dan tekanan darah tetap sebanyak 2 orang (27%).

##### 6.1.3 Pengaruh pemberian jus labu siam terhadap hipertensi pada ibu hamil trimester III di BPM Sulaikah Sumbermanjing Kulon Kabupaten Malang pada tanggal 19 Februari – 7 Maret 2020

Pada pengujian analisis statistik kualitas tidur ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan penerapan postur restoratif yoga dengan menggunakan uji *wilcoxon* dengan bantuan spss 22 diperoleh nilai Z sebesar  $-3,873^b$  dengan nilai signifikansi  $\alpha = 0.05$  diperoleh hasil  $p = 0,001$  yang berarti  $p < 0,05$  yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya terdapat pengaruh Tekanan darah yang signifikan antara sebelum dengan sesudah

dilakukan pemberian jus labu siam Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus labu siam terhadap hipertensi pada ibu hamil trimester III di PMB Sulaikah Sumbermanjing Kulon.

## **6.2 Saran**

### **6.2.1 Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai pengembangan ilmu dan mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian pengaruh pemberian jus labu siam terhadap hipertensi pada ibu hamil trimester III.

### **6.2.2 Bagi responden**

Hasil penelitian ini bagi para ibu hamil khususnya ibu hamil trimester III yang mengalami tekanan darah tinggi (hipertensi) dapat sebagai tambahan pengetahuan dan dapat mengkonsumsi jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah.

### **6.2.3 Bagi profesi kebidanan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan asuhan kebidanan yang akan dilakukan tentang pemberian jus labu siam terhadap hipertensi pada ibu hamil trimester III.

### **6.2.4 Bagi institusi pendidikan kebidanan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai sumber informasi dan menambah referensi pada perpustakaan tentang pengaruh pemberian jus labu siam terhadap hipertensi pada ibu hamil trimester III.

### **6.2.5 Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan dapat mendapatkan populasi yang lebih besar sehingga tidak terfokus pada satu tempat saja, sehingga dapat membandingkan dengan tempat lain dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

### **6.2.6 Bagi lahan praktek**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukan untuk bekerja sama dengan fasilitator dalam upaya pemberian asuhan kebidanan pada ibu hamil dan dalam rangka upaya meningkatkan kesehatan ibu dan bayi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ari, Sulistyawati. 2010. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Arsinah, DKK. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Persalinan*. Jakarta: Graha Ilmu
- BKKBN. 2012. *Buku Panduan Praktis Kontrasepsi Edisi 4*. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Fauziah dan Sutejo. (2012). *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan*. Jakarta: UNFPA
- Mandriwati, G. A. 2012. *Asuhan Kebidanan Antenatal Edisi 2*. Jakarta: ECG.
- Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC
- Menteri Kesehatan RI. 2011. *Standar Asuhan Kebidanan*. (tk)
- Muslihatun. 2010. *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Fitramaya
- Pantiawati dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan 1*. Jakarta: Nuha Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purwoastuti dan Walyani. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pres
- Puspitorini, Ira. 2011. *Panduan Cerdas Kehamilan dan Perawatan Bayi*. Yogyakarta: New Diglossia.
- Rukiyah, Yulianti. 2010. *Asuhan Kebidanan IV*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Saifuffin, Abdul Bari. 2010. *Buku Panduan Pelayanan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sari E.P, Rimandini K.D. 2014. *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Saifuffin, Abdul Bari. 2013. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sukarni, I dan Margareth, Z.H. 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Sukarni, I dan Wahyu, P. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Sulistyawati, Ari. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta : Salemba Medika
- Sulistyawati, Ari. Estinugraheni. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Wiyati, Nining. 2016. *Perawatan Ibu Bersalin*. Jakarta: Fitramaya
- Wilujen, Rachel D. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas*. Surabaya: EKG
- Wiknjosastro, Hanifa. 2014. *Ilmu Bedah Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo