

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dengan judul “Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Pencegahan *Baby Blues* pada Kehamilan Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan” maka didapat kesimpulan sebagai berikut.

1. Tingkat pengetahuan wanita usia subur mengenai pencegahan *baby blues* sebelum diberikan pendidikan kesehatan dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan subjek penelitian rendah. Subjek masih belum mengetahui mengenai definisi *baby blues*, faktor yang mempengaruhi *baby blues*, gejala *baby blues*, dampak *baby blues* dan upaya pencegahan *baby blues*. Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan subjek penelitian mengalami peningkatan. Kedua subjek sudah mengetahui tentang definisi *baby blues*, faktor yang mempengaruhi *baby blues*, gejala *baby blues*, dampak *baby blues* dan upaya pencegahan *baby blues*.
2. Sikap subjek satu (Nn. A ) dan subjek dua (Nn. S) dapat dikatakan positif, kedua subjek sangat aktif untuk bertanya mengenai topik pembahasan. kedua subjek dapat menyebutkan definisi *baby blues*, faktor *baby blues*, gejala *baby blues*, cara mengatasi *baby blues*, dampak *baby blues*, terutama pencegahan *baby blues*.
3. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk memberikan informasi subjek tentang pencegahan *baby blues* untuk meningkatkan pengetahuan dan menurunkan angka kejadian *baby blues*.

#### 5.2 Saran

1. Bagi subjek

Subjek dapat memperbanyak informasi tentang kesehatan terutama tentang *baby blues* agar dimasa depan dapat mencegah terjadinya *baby blues*.

2. Bagi Posbindu

Diharapkan untuk pihak posbindu memberikan penyuluhan-penyuluhan untuk masyarakat terutama pada wanita usia subur mengenai *baby blues*.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan lebih rinci dan melakukan pendidikan kesehatan pada ke lebih banyak wanita usia subur agar dapat tercapai sasaran yang lebih luas.