

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Sebagai bagian akhir dari penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pijat Endorfin terhadap hasil Skrining Postpartum Blues pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Kepanjen” Adapun kesimpulan dan saran dari penelitian ini sebagai berikut:

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Sebelum diberikan pijat endorfin hasil pre test menggunakan kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* pada ibu nifas diketahui 15 responden (65%) berada dalam kategori “resiko rendah” dan 5 responden (35%) berada dalam kategori “resiko sedang”.
2. Setelah diberikan pijat endorfin hasil post test menggunakan kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* pada ibu nifas diketahui 7 responden (25%) berada dalam kategori “tidak beresiko” dan 13 responden (75%) dalam kategori “resiko rendah”.
3. Hasil uji statistic T test diperoleh sig-(2.tailed) =0,000 (<0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat endorfin terhadap hasil skrining postpartum blues pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Kepanjen.

#### **5.2 Saran**

1. Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat memperdalam Kembali mengenai upaya untuk mencegah dan mengatasi postpartum blues.
2. Pelayanan Kesehatan

Hendaknya pelayanan Kesehatan dapat mengoptimalkan pemberian asuhan kebidanan masa nifas terutama pemberian edukasi mengenai postpartum blues yang sering terjadi pada ibu nifas terutama pada ibu primipara

### 3. Responden

Diharapkan dengan adanya penelitian ini ibu nifas dapat menerapkan pijat endorfin secara mandiri dibantu oleh suami atau keluarga dirumah.