

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu nifas di ruang Nifas RSUD Bahteramas Tahun 2019 tidak mengalami cemas pada masa post partum yaitu sebesar 15 orang (37,5%).
2. Sebagian besar ibu nifas di ruang Nifas RSUD Bahteramas Tahun 2019 memiliki *onset* laktasi yang cepat yaitu sebesar 31 orang (77,5%).
3. Ada hubungan tingkat kecemasan dengan *onset* laktasi pada ibu post partum di RSUD Bahteramas Tahun 2019 ditandai dengan nilai ($p_{value}=0,002 < \alpha=0,05 ; X^2=14,558$).

B. Saran

1. Petugas kesehatan khususnya di Rumah sakit diharapkan selalu menginformasikan dan memberikan penyuluhan kepada ibu nifas atau ibu hamil tentang pentingnya menjaga keseimbangan mental agar tidak mengalami kecemasan berlebihan pasca melahirkan.
2. Ibu post partum agar selalu meningkatkan pengetahuan tentang persalinan sehingga dapat mempersiapkan diri dengan baik, khususnya dalam mengelola kecemasan agar memiliki *onset* laktasi yang cepat.