

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien setelah dilakukan pemberian kombinasi terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) dan murottal Al-Qur'an. Hasil pengukuran diperoleh dari kuesioner HARS yang menunjukan pasien 1 dari skor 26 (kecemasan sedang) menjadi 13 (tidak ada cemas), sedangkan pasien 2 dari skor 23 (kecemasan sedang) menjadi 9 (tidak ada cemas). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh dalam pemberian kombinasi terapi SEFT dan murottal Al-Qur'an dalam penurunan kecemasan pada ibu *postpartum blues*.

5.2 Implikasi

Berdasarkan temuan penelitian ini, terdapat implikasi baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

Hasil penelitian dapat menjadi salah satu rujukan dalam bidang keperawatan maternitas dalam menangani kecemasan pada ibu *postpartum blues*. Penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian lebih lanjut dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak.

2. Implikasi Praktis

Kombinasi terapi SEFT dan murottal Al-Qur'an memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan hal ini mempengaruhi terhadap kualitas hidup ibu menjadi lebih baik. Hal ini dapat digunakan sebagai masukan bagi pelayanan kesehatan dan tenaga kesehatan untuk lebih memperhatikan keadaan pasien tidak hanya fisiologis tetapi psikologis terkhusus ibu *postpartum blues* dan intervensi pada penelitian ini bisa menjadi salah satu rekomendasi.

5.3 Saran

Berikut adalah saran yang dapat disampaikan oleh peneliti sehubungan dengan penelitian ini:

1. Bagi Pasien *Postpartum blues*

Hasil studi kasus ini dapat dimanfaatkan sebagai media informasi bagi pasien dan keluarga, dan juga sebagai alternatif non-farmakologis untuk menurunkan kecemasan.

2. Bagi Perawat

Dengan adanya penelitian ini menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat diberikan perawat pada pasien yang mengalami *postpartum blues*.

3. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi perhatian puskesmas dalam perawatan ibu nifas bahwasanya tidak hanya memperhatikan fisiologis tetapi psikologis juga perlu diperhatikan. Hal tersebut bisa dilakukan secara promotif dan preventif yaitu bisa dengan pendidikan kesehatan dan juga skrining *postpartum blues*.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat pengetahuan dan wawasan yang lebih mendalam mengenai kombinasi terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom technique*) dan murottal Al-Qur'an. Dapat dijadikan referensi oleh peneliti lain lalu dikembangkan lebih baik karena masih belum banyak yang membahas mengenai penelitian ini.