

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ketidaknyaman Fisik pada ibu selama nifas di Puskesmas Conggeang Kabupaten Sumedang Tahun 2022, sebagian besar adalah mengalami ketidaknyaman fisik sedang (64,9%).
2. Kecemasan pada ibu selama masa nifas di Puskesmas Conggeang Kabupaten Sumedang Tahun 2022, sebagian besar mengalami kecemasan sedang (40,5%).
3. Ibu nifas di Puskesmas Conggeang Kabupaten Sumedang Tahun 2022, sebagian besar patuh, dengan jadwal kunjungan masa nifas yaitu (73,0%).
4. Ada hubungan kunjungan nifas dengan ketidaknyamanan fisik pada ibu selama masa nifas di Puskesmas Conggeang, dengan nilai  $p$  0,017.
5. Ada hubungan kunjungan nifas dengan kecemasan pada ibu selama masa nifas di Puskesmas Conggeang, dengan nilai  $p$  0,012.

#### **B. Saran**

Dalam meningkatkan kunjungan masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Conggeang Kabupaten Sumedang, diharapkan agar :

## **1. Aspek Teoritis**

Diharapkan institusi pendidikan mengembangkan materi tentang ketidaknyaman fisik dan kecemasan yang terjadi selama nifas yang telah diberikan baik dalam perkuliahan maupun praktik lapangan dan juga menambah referensi-referensi agar bisa dijadikan evaluasi dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas, sesuai dengan standart pelayanan minimal dan perkembangan ilmu pengetahuan.

## **2. Aspek Praktis**

### **a. Bagi Tenaga Kesehatan**

- 1) Disarankan kepada bidan puskesmas maupun bidan desa untuk lebih aktif lagi dalam mengajak ibu untuk mematuhi kunjungan masa nifas dengan cara melakukan penyuluhan maupun kunjungan ke rumah ibu nifas.

### **b. Bagi Puskesmas Conggeang**

- 1) Perlu adanya monitoring dan evaluasi terkait adanya kegiatan kunjungan masa nifas sehingga mempengaruhi perilaku ibu menjadi lebih baik dalam dalam melakukan kunjungan masa nifas.