

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas, yang dilakukan pada tanggal 14 November 2022 – 7 Januari 2023 di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil simpulan bahwa dari 25 responden sebagian besar berusia 21-35 tahun, pendidikan SMP, tidak bekerja, status paritas multipara dan paling banyak menyusui dengan ASI.

Dapat diidentifikasi presentase kategori baik PQOL perawatan anak sebesar 70%, PQOL fungsi fisik sebesar 65%, PQOL fungsi psikologis sebesar 75% dan PQOL dukungan sosial sebesar 80%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung, dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Pengaruh terapi dzikir terhadap domain PQOL menunjukkan signifikansi perawatan anak $0,000 < 0,05$, fungsi fisik $0,000 < 0,05$, fungsi psikologis $0,002 < 0,05$ dan dukungan sosial $0,001 < 0,05$.

B. Saran

1. Bagi ibu nifas

Diharapkan ibu nifas senantiasa mengamalkan terapi dzikir dalam kehidupan sehari-hari, selain bisa menjadi bentuk ibadah juga bisa meningkatkan kualitas hidupnya.

2. Bagi PMB

Diharapkan kualitas hidup ibu nifas bisa menjadi perhatian saat memberikan asuhan kebidanan holistik islami dan menjadikan terapi dzikir sebagai alternatif untuk meningkatkan kualitas hidup ibu nifas meliputi aspek perawatan anak, fungsi fisik, fungsi psikologis dan dukungan sosial.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini, di antaranya menambahkan kelompok kontrol, pengukuran PQOL pada nifas hari ke 3-6 dan meningkatkan kontrol peneliti saat terapi dzikir mandiri.