

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Ibu primipara yang diwawancarai menunjukkan adanya fase penyesuaian yang signifikan dalam hidup mereka setelah kelahiran bayi. Perubahan peran ini mencakup perubahan rutinitas harian, pola tidur, serta tanggung jawab baru dalam mengurus anak, yang menyebabkan partisipan ini merasa kewalahan namun tetap berusaha menjalankan peran tersebut dengan penuh dedikasi. Berdasarkan wawancara dengan enam partisipan, ditemukan lima tema utama yang mencakup perubahan peran menjadi ibu, pengalaman memberikan ASI, merawat tali pusat, memandikan bayi, dan menggendong bayi. Semua partisipan diwawancarai mengalami perubahan besar dalam rutinitas dan peran mereka setelah melahirkan. Mereka harus beradaptasi dengan tanggung jawab baru seperti merawat bayi, mengurus kebutuhan sehari-hari, dan berjuang dengan begadang. Selain itu dari hasil wawancara partisipan, semua partisipan mengutamakan pemberian ASI eksklusif kepada bayi mereka, dengan cara *direct breastfeeding* (DBF) atau memompa ASI untuk diberi melalui botol. Mereka menyadari manfaat ASI dalam meningkatkan kekebalan tubuh bayi dan mempererat ikatan antara ibu dan bayi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit sebaiknya memberikan lebih banyak sesi edukasi bagi ibu primipara tentang perawatan bayi baru lahir, termasuk teknik pemberian ASI, perawatan tali pusat, mandi bayi, serta cara-cara menggendong yang benar. Program edukasi ini dapat dilakukan sebelum ibu pulang dari rumah sakit dan bisa diulang selama kunjungan pasca-persalinan. Penyediaan Konseling dan Dukungan Psikologis, Mengingat ibu primipara sering mengalami stres dan kesulitan beradaptasi dengan peran baru mereka, rumah sakit bisa menawarkan layanan konseling atau dukungan psikologis untuk membantu ibu mengelola stres dan kecemasan, serta memperkuat kesehatan mental mereka pasca-persalinan.

Dapat dilakukan saat pasien kontrol pertama. Serta meningkatkan Fasilitas dan Layanan Informasi Rumah sakit dapat membuat materi edukasi yang mudah diakses, seperti video tutorial atau buku panduan mengenai perawatan bayi, yang dapat diakses ibu kapan saja, baik secara fisik maupun melalui aplikasi digital rumah sakit. Hal ini dapat membantu ibu mendapatkan informasi yang jelas dan tepat waktu setelah keluar dari rumah sakit.

5.2.2 Bagi tenaga Kesehatan

Bagi tenaga Kesehatan diharapkan dapat mengidentifikasi kebutuhan yang diinginkan ibu saat hamil dan setelah melahirkan dalam hal merawat bayi tanpa bantuan dari keluarga besar. Pengidentifikasi kebutuhan ibu sedini mungkin dapat mengurangi kendala yang terjadi ketika merawat bayi. Kemudian tenaga Kesehatan mampu memberikan penjelasan teoritis, perlu juga memberikan panduan praktis yang dapat langsung diterapkan oleh ibu. Misalnya, menunjukkan langsung cara menyusui yang baik, perawatan tali pusat, atau cara memandikan bayi yang aman.

5.2.3 Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan ketrampilan peserta didik dalam mengidentifikasi kebutuhan ibu primipara yang akan merawat bayi tanpa bantuan langsung dari keluarga besarnya, sehingga dapat mengurangi kendala yang terjadi pada saat merawat bayi.

5.2.4 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam, tidak hanya dari ibu yang merawat bayi dengan bantuan suami, tetapi juga dari ibu yang dibantu oleh pengasuh atau kerabat lain. Ini akan memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai pengalaman merawat bayi. Serta Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan aspek sosial dan ekonomi dalam pengalaman ibu primipara, seperti pengaruh status pekerjaan atau dukungan sosial dari keluarga terhadap cara ibu merawat bayi. Aspek-aspek ini bisa memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pengalaman merawat bayi