

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai dukungan sosial suami pada istri yang mengalami *baby blues* pasca persalinan caesar, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran Kondisi *Baby Blues* Pada Istri Pasca Persalinan Caesar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh istri subjek penelitian, yaitu ES, UZ, FF, dan DW, mengalami gejala *baby blues* pasca persalinan caesar dengan bentuk dan intensitas yang berbeda-beda. Subjek ES menunjukkan gejala *baby blues* pada aspek motivasi, motorik, dan kognitif, namun relatif stabil pada aspek emosional. Subjek FF mengalami gejala *baby blues* yang dominan pada aspek emosional dan motorik, ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan kelelahan fisik. Subjek DW mengalami gejala *baby blues* yang paling kompleks karena mencakup hampir seluruh aspek, yaitu emosional, motivasi, motorik, dan kognitif. Sementara itu, subjek UZ juga mengalami *baby blues* dengan gejala yang relatif lebih ringan dibandingkan subjek lainnya. Perbedaan ini dipengaruhi oleh kondisi fisik pasca operasi caesar serta kemampuan adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu.

2. Bentuk Dukungan Sosial Suami

Dukungan sosial suami yang diterima oleh masing-masing subjek menunjukkan variasi dalam bentuk dan intensitas. Suami dari subjek ES dan UZ cenderung memberikan dukungan emosional dan instrumental yang

cukup konsisten, seperti komunikasi dari hati ke hati, pendampingan, serta keterlibatan dalam pengasuhan bayi dan pekerjaan rumah tangga. Pada subjek FF, dukungan suami lebih menonjol pada dukungan instrumental, meskipun dukungan emosional dirasakan belum sepenuhnya optimal. Sementara itu, subjek DW memperoleh dukungan sosial suami yang relatif terbatas, terutama pada aspek dukungan emosional, sehingga istri merasa kurang diperhatikan dan tidak dipahami. Selain itu, dukungan informasional mengenai *baby blues* belum sepenuhnya dipahami oleh seluruh suami subjek penelitian.

3. Peran Dukungan Sosial Suami terhadap Kondisi *Baby Blues Istri* Pasca Persalinan Caesar

Dukungan sosial suami memiliki peran penting dalam membantu istri menghadapi kondisi *baby blues* pasca persalinan caesar. Subjek yang memperoleh dukungan sosial suami secara lebih lengkap dan konsisten cenderung mampu mengelola gejala *baby blues* dengan lebih adaptif. Sebaliknya, keterbatasan dukungan sosial suami, khususnya pada aspek emosional dan informasional, berkontribusi terhadap munculnya gejala *baby blues* yang lebih berat, seperti yang dialami oleh subjek DW. Temuan ini sejalan dengan teori Sarafino yang menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor protektif dalam menghadapi stres, termasuk stres pasca persalinan.

B. Saran

1. Bagi Ibu yang Mengalami *Baby Blues Syndrome* Pasca Melahirkan

Bagi ibu yang mengalami *baby blues syndrome* pasca melahirkan agar tidak menganggap bahwa hal tersebut merupakan hal yang sepele dan memiliki inisiatif untuk mendekatkan diri pada sumber-sumber dukungan sosial, khususnya keluarga dan suami. Dengan begitu ibu akan dapat mengatasi gejala-gejala yang terjadi pada dirinya selama masa *baby blues syndrome* dan bisa beradaptasi dengan baik dalam merawat bayinya yang baru saja dilahirkan.

2. Bagi Suami yang Memiliki Istri *Baby Blues Syndrome* Pasca Melahirkan

Telah banyak penelitian yang dilakukan termasuk penelitian ini menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial suami sangat penting diberikan kepada istri, terlebih ketika sedang mengalami depresi pasca melahirkan Caesar. Oleh karena itu, diharapkan pada suami yang memiliki istri pasca melahirkan agar memberikan dukungan semaksimal mungkin supaya kecenderungan terjadinya *baby blues syndrome* menurun.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar dapat Melakukan studi yang lebih mendalam untuk mengukur jenis dukungan spesifik yang paling efektif dalam mengurangi *baby blues* pada ibu primipara pasca-SC. Serta menjelajahi persepsi ayah tentang *baby blues* dan kesiapan mereka menjadi pendukung utama, serta bagaimana hal ini mempengaruhi perilaku dukungan mereka.