

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis *big five personality* pada ibu yang mengalami kecenderungan *postpartum blues*, dapat ditarik kesimpulan, antara lain sebagai berikut:

1. Hasil tingkat *postpartum blues* pada ibu yang mengalami kecenderungan *postpartum blues*

Postpartum Blues merupakan afek ringan yang dialami ibu pasca persalinan. Melalui alat tes *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) kepada 10 subyek, diketahui 5 dari 10 subyek mempunyai kecenderungan *postpartum blues* dengan kisaran skor yang didapatkan 11 dan 12.

2. Hasil tipe *personality* ditinjau dari aspek *big five personality* pada ibu yang mengalami kecenderungan *postpartum blues*

Pengukuran tipe *personality* yang ditinjau dari aspek *big five personality* dengan penggunaan alat tes *big five inventory* (BFI) dari 5 subyek yang memiliki kecenderungan *postpartum blues* didapatkan hasil pada aspek *neuroticism* S1, S2 dan S4 memiliki *personality reactive* sedangkan S4 dan S5 memiliki *personality Resilient*. Pada aspek *extraversi* kelima subyek memiliki *personality extraversi*. Pada aspek *openness to experience* S1 memiliki *personality explorer* sedangkan S2

sampai S5 memiliki *personality preserver*. Pada aspek *agreeableness* kelima subyek memiliki *personality adapter*. Dan pada aspek *conscientiousness* kelima subyek memiliki *personality focused person*.

3. Gambaran *personality* ditinjau dari aspek *big five personality* pada ibu yang mengalami kecenderungan *postpartum blues*

Setiap individu sangat unik karena menunjukkan sifat masing-masing meskipun kategori kepribadian sama. Keadaan ini bisa dipengaruhi oleh pengalaman ataupun kondisi masing-masing. Seperti yang dialami oleh ibu dengan kecenderungan *postpartum blues* ini dimana terdapat beberapa perubahan emosi yang muncul. Keadaan ini sesuai dengan pendapat McCrae dan Costa yang setuju dengan pendapat Eysenck bahwa sifat dan kepribadian adalah bipolar dan mengikuti distribusi lonceng.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis *big five personality* pada ibu yang mengalami kecenderungan *postpartum blues*, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Lembaga IAIN Kediri

Memperbanyak literasi di bidang kesehatan dan memperbarui literasi yang ada. Mempermudah akses pencarian skripsi di *ethesis* yang sesuai dengan program studi. Serta bagi akademik mohon memberikan informasi secara terbuka, transparan dan sesuai waktu mengenai jadwal seminar proposal ataupun munaqosah.

2. Bagi subyek *postpartum blues*

Bagi subyek selama masa hamil memperbanyak belajar ilmu yang bisa membantu dalam menghadapi proses persalinan atau pengasuhan. Lebih terbuka menceritakan kondisi yang dialami kepada orang terdekat, tidak malu untuk mengutarakan keinginan, percaya diri, menghadapi dengan santai serta berserah diri pada yang maha kuasa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang mempunyai pembahasan sama dengan penelitian ini diharapkan lebih membahas secara mendalam perbedaan aspek *big five personality* sebelum dan sesudah *postpartum blues*. Memperbanyak responden atau mencari responden yang nantinya memiliki kepribadian berlawanan sehingga akan mampu menganalisis lebih detail disetiap *personality*. Dan mungkin bisa membahas mengenai keterkaitan keadaan *postpartum blues* dengan budaya ataupun religiusitas. Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan tinjauan teoritis dari ahli lain yang belum terdapat dalam penelitian ini.

4. Bagi Masyarakat

Untuk masyarakat saya tujukan kepada keluarga atau orang terdekat dari individu yang kemungkinan mengalami kecenderungan *postpartum blues* atau tidak. Masa persalinan ataupun pasca persalinan merupakan masa-masa tegang bagi ibu, sehingga dari keluarga terdekat coba pahami dan dekati individu agar lebih terbuka dan mengutarakan kondisinya, bantu dan kasih pengertian agar individu mampu beradaptasi

dengan baik dalam menjalani proses. Perlunya dukungan yang banyak dari orang terdekat bagi individu untuk menghadapi proses. Karena yang terlihat baik-baik saja belum tentu baik-baik saja.