

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilaksanakan asuhan kebidanan nifas pada ibu dengan penerapan Totok Wajah untuk menurunkan kecemasan pada laporan kasus dan pembahasan kasus yang menggunakan 7 langkah verney mulai dari pengkajian data sampai dengan evaluasi, maka penulis dapat mengambil beberapa kesimpulan :

1. Terlaksananya Pengkajian data subjektif dan objektif pada ibu. Dilakukan anamnesa pada ibu P2A1 postpartum hari ke-3 dengan keluhan merasa lelah dan cemas dalam merawat bayinya serta sulit tidur setelah melahirkan.
2. Pada Interpretasi data dasar didapatkan hasil yaitu ibu nifas dengan Diagnosa Ibu P2A1 postpartum hari ke-3, Masalah kecemasan Ringan.
3. Dirumuskan diagnosa masalah potensial pada ibu P2A1, Masalah Potensial yang akan terjadi jika tidak segera ditangani dapat meningkat menjadi postpartum blues.
4. Tidak memerlukan tindakan segera karena ibu tidak dalam keadaan gawat darurat.
5. Telah direncanakan asuhan kebidanan pada ibu P2A1 dengan masalah kecemasan ringan, yaitu memberikan asuhan konseling mengenai perasaan cemas yang dialami, menganjurkan ibu untuk tidur ketika bayinya sedang tidur untuk mengurangi rasa lelah ibu, menganjurkan ibu untuk melibatkan suami/keluarga dalam merawat bayinya serta melakukan terapi Totok Wajah selama 3 hari.
6. Terlaksananya asuhan kebidanan yang dilakukan sesuai dengan rencana asuhan dan 7 langkah varney. yaitu totok wajah untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas dilakukan selama 15-20 menit selama 3 hari pada ibu P2A1 dimulai dari tanggal 25 Maret - 27 Maret 2025, dengan menggunakan alat ukur kecemasan HARS.
7. Pada evaluasi didapatkan hasil kecemasan ibu menurun dengan melakukan totok wajah selama 3 hari, dan dengan dilakukan tanya jawab yang ada didalam lembar HARS sebagai alat ukur kecemasan didapati hasilnya : ibu tidak memiliki tanda dan gejala kecemasan dengan nilai akhir 9 dari yang awal sebelumnya 17 dimana hasil dari HARS jika nilai  $<14$  menandakan tidak adanya kecemasan.
8. Telah dilakukan pendokumentasian hasil asuhan yang telah diberikan terhadap ibu P2A1 yaitu totok wajah untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas dengan menggunakan metode SOAP

## **B. Saran**

Penulis menyadari akan kekurangan dalam laporan kasus ini, adapun saran yang hendak penulis sampaikan, adalah sebagai berikut :

### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan dapat menambah sumber bacaan bagi mahasiswa sehingga dapat memberikan manfaat, khususnya menambah referensi dalam mengembangkan ilmu mengenai penerapan Totok Wajah untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas. Juga dapat diterapkan oleh setiap mahasiswa dalam melaksanakan asuhan kebidanan di TPMB atau tempat fasilitas pelayanan kesehatan lainnya.

### **2. Bagi TPMB Yulina Wati**

Setelah dilaksanakannya asuhan pada ibu, diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang lebih baik kepada ibu nifas mengenai teknik mengurangi kecemasan melalui totok wajah, serta rutin memberikan penyuluhan tentang pentingnya totok wajah untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas. Selain bermanfaat untuk mendukung pemulihan fisik dan emosional ibu nifas, totok wajah juga dapat dijadikan peluang entrepreneur bagi bidan, yang dapat ditawarkan sebagai layanan tambahan di praktik mandiri dan dilakukan secara rutin, misalnya satu minggu sekali, sehingga dapat meningkatkan nilai tambah dan kemandirian ekonomi bidan.

### **3. Bagi Penulis LTA lainnya**

Diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dan menerapkan ilmu yang telah didapatkan mengenai penerapan totok wajah untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas, dan mampu mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan tentang totok wajah.