

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan juga pembahasan serta tujuan dari penelitian ini adalah yang dapat di simpulkan peneliti mengenai perilaku ibu nifas dalam melakukan tradisi mararang suku Mandailing sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kerantanan yang dirasakan mararang oleh ibu nifas selama melakukan mararang tidak mengalami kerantanan, diketahui bahwa praktik tradisi mararang merupakan perilaku berisiko yang masih tetap dijalankan oleh masyarakat.
2. Untuk mengetahui Keparahan yang dirasakan mararang oleh ibu nifas tidak mengalami keparahan selama melakukan mararang. Perawatan ini kemungkinan dapat menimbulkan risiko kesehatan modern.
3. Untuk mengetahui motivasi kesehatan mararang ibu nifas dapat dukungan dan semangat dari orang terdekat. Merubah perilaku dan pandangan masyarakat terhadap masalah kesehatan bukanlah sesuatu yang mudah.
4. Untuk mengetahui manfaat yang dirasakan mararang ibu nifas selama melakukan mararang dapat memulihkan kesehatan ibu yang baru

melahirkan dan bayinya dengan cara menghangatkan tubuh ibu nifas dan bayinya selama menjalani masa nifas.

5. Untuk mengetahui hambatan yang dirasakan mararang oleh ibu nifas selama melakukan mararang tidak ada hambatan selama melakukan mararang, tapi ada satu informan tidak pernah periksa ke bidan atau ke rumah sakit.

5.2 Saran

Untuk Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, saran yang dapat diberikan ialah

1. Bagi Ibu Bersalin

Ibu nifas pentingnya pemahaman yang baik tentang potensi gangguan kesehatan yang mungkin dialami oleh ibu dan bayi sebagai akibat yang timbul dari melakukan mararang, dapat menjadi acuan bagi ibu untuk mencari informasi dan peningkatan wawasan yang memadai terkait khususnya dalam perawatan nifas sehingga pemahaman yang baik akan mendorong ibu untuk melakukan perawatan masa nifas yang tidak bertentangan dengan kesehatan.

2. Bagi Masyarakat

Perawatan masa nifas untuk ibu dan bayi diharapkan dapat dilakukan dengan cara lebih sehat lagi. Memberikan yang bermanfaat bagi masyarakat khususnya keluarga termasuk orangtua, ibu mertua dan

suami agar ikut terlibat dan berpartisipasi dalam peningkatan wawasan kesehatan terkait perawatan masa nifas agar dapat memberikan dukungan kepada ibu untuk melaksanakan perawatan masa nifas yang tidak bertentangan dengan kesehatan.

3. Bagi Puskesmas

Puskesmas diharapkan untuk aktif dalam memberikan edukasi tentang perawatan ibu nifas dan mengembangkan promosi kesehatan tentang perawatan ibu nifas dan bayi yang baru lahir terhadap masyarakat terutama kepada ibu nifas dan keluarga



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN