

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Ibu yang melahirkan melalui operasi *caesar* di RSUD Bali Mandara sebagian besar berada pada rentang usia 20–35 tahun dan >35 tahun dengan jumlah yang hampir seimbang. Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan tinggi, kehamilan yang direncanakan, status pernikahan resmi, merupakan multipara, memiliki pendapatan $\geq$ UMR, serta mendapatkan dukungan suami yang tinggi.
2. Mayoritas ibu yang melahirkan melalui operasi *caesar* di RSUD Bali Mandara memiliki risiko depresi *postpartum* yang rendah.
3. Ibu yang melahirkan melalui operasi *caesar* usia <20 tahun ditemukan lebih banyak berada pada kategori risiko depresi yang lebih tinggi. Ibu dengan pendidikan tinggi lebih banyak berada pada kategori risiko depresi yang rendah. Kehamilan yang direncanakan lebih sering ditemukan pada ibu dengan risiko depresi yang rendah. Status pernikahan resmi, multipara, penghasilan $\geq$ UMR, dan dukungan suami yang tinggi juga lebih sering ditemukan pada kelompok ibu dengan risiko depresi yang rendah.

B. Saran

1. Bagi Bidan

Bidan perlu memberikan edukasi tentang pentingnya perencanaan kehamilan, termasuk menghindari kehamilan di usia <20 tahun karena risiko kesehatan yang lebih tinggi bagi ibu dan janin. Edukasi juga perlu mencakup pentingnya dukungan suami untuk menjaga kesehatan mental ibu dan menurunkan risiko depresi *postpartum*.

2. Bagi ibu hamil

Disarankan merencanakan kehamilan pada usia reproduksi sehat (20–35 tahun) untuk mengurangi risiko komplikasi fisik dan mental, termasuk depresi *postpartum*. Selain itu, dukungan suami selama kehamilan sangat penting untuk menjaga kestabilan emosi ibu dan memperkuat kesiapan mental menjelang persalinan.

3. Kepada peneliti berikutnya.

Dapat melakukan analisis perbedaan risiko depresi antara SC elektif dan SC emergensi.