BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Terdapat banyak sekali budaya perawatan ibu nifas yang terdapat di Desa Wangkelang seperti pantangan makanan, pantangan aktivitas, pantangan berpakaian dan pantangan berpergian. Selain pantangan desa Wangkelang juga memiliki beberapa anjuran yang disarakan untuk dilakkukan oleh ibu nifas seperti, anjuran mutih, anjurn minum jamu dan anjuran ketika berpergian. Banyaknya budaya tersebut terdapat beberpa dampak positif dann dampak negative yang ada seperti budaya tersebut baik untuk kesehatan, menjaga bentuk tubuh ibi nifas, dan lain sebagainya, namun terdapat pula dampak negative seperti ibu nifas dapat mengalami stress, keterbatan mengonsumsi makanan dan keterbatasan dalam melakukan aktivitas. Terdapat pula budaya yang tidaksesuai dengan ilmu kesehatan salah satunya adalah pantangan makanan yang dapat membawa dampak buruk pada ibu dan bayi seperti kurang nutrisi.

Namun buda tersebut sudah ada dari zaman nenek moyang dan sudah menjadi warisan budaya dan kebiasaan yang dilakukan secara terus-menerus dari generasi ke generasi. Sehinngga terdapat masyarakat yang memilih untuk tetap melastirakn budaya tersepu dan terdapat npula masyarakat yang tidak memilih untuk melestarikan serta masyarakat yang memilih melestarikan dengan modifikasi agar lebuh sesuai dengan ilmmu kesehatan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya, maka penulis menyadari masih terdapat banyak keterbatasan dan kekeliruan yang ada dalam penelitian ini. Namun dengan penelitian ini, diharapkan dapat memperikan kontribusi yang bermanfaat.

Bagi informan dan masyarakat diharapkan bisa memilih dan memilah budaya yang sesuai dan yang tidak sessuai dengan ilmu kesehatan serta budaya

yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi ibu dan anak. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dimasa yang akan datang dapat digunnakan sebagai salah satu data dan rujukan untuk penelitian dan dilakukan penelitian yang lebih lanjut berdasarkan informasi yang lebih lengkap dan lebih luas. Selain itu, untuk peneliti selanjutya harus bisa menguasai teknik komunikasi yang baik agar terjalin komunikasi yang baik ketika wawancara dengan informan.