

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan landasan pernyataan yang ada dapat di simpulkan bahwa “Penanganan Depresi Ringan” dengan media buku saku dapat menjadikan pendamping bagi ibu pasca salin:

1. Untuk mendapatkan cara menurunkan resiko deprei ringan,
2. Dapat menghindari resiko deprei ringan.

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat

Dengan adanya media buku saku ini diharapkan bisa menambah informasi dan wawasan mengenai cara menurunkan resiko depresi ringan.

2. Bagi Ibu Pasca Salin

Diharapkan agar bisa mengaplikasikan metode cara menurunkan resiko depresi ringan.