

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai perbedaan efektivitas jus daun jintan dan pijat oketani terhadap kelancaran ASI ibu nifas di PMB Lolita dan PMB Sri Nowo Retno Punggur Lampung Tengah Tahun 2020, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata kelancaran ASI sebelum diberikan jus daun jintan 2,93 dan sesudah diberikan jus daun jintan 5,20.
2. Rata-rata kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oketani 2,13 dan sesudah dilakukan pijat oketani 4,27.
3. Ada perbedaan efektivitas jus daun jintan dan pijat oketani pada ibu nifas dengan rata-rata jus daun jintan 19,50 dan rata-rata pijat oketani 11,50 dengan *p value* 0,002.

#### **B. Saran**

##### **1. Secara Teori**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menguatkan/ mendukung teori mengenai jus daun jintan dan pijat oketani untuk memperlancar ASI ibu nifas serta memberikan informasi dan referensi untuk pengembangan materi perkuliahan dan dapat menjadi bahan bacaan dan dokumen perpustakaan yang dapat dipergunakan untuk bahan perbandingan dalam menyusun skripsi selanjutnya.

##### **2. Secara Aplikatif**

Diharapkan kepada PMB Lolita dan PMB Sri Nowo Retno agar hasil penelitian ini dapat dijadikan cara alternatif atau non farmakologi dalam mengatasi ASI tidak lancar pada ibu nifas.