

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai efektivitas kombinasi breast care dengan kompres aloe vera dan breast care dengan kompres daun kol dalam mengatasi bendungan ASI pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas yosomulyo tahun 2020, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rerata bendungan ASI sebelum diberikan breast care dengan kompres aloe vera adalah 4,15 dan rerata bendungan ASI setelah dilakukan breast care dan kompres aloe vera adalah 2,62
2. Rerata bendungan ASI sebelum dilakukan breast care dan kompres daun kol adalah sebesar 4,31 dan rerata bendungan ASI setelah dilakukan breast care dan kompres daun kol adalah sebesar 2,85
3. Pemberian kompres daun kol (*brassica oleracea*) dengan breast care efektif mengatasi pembengkakan payudara (bendungan ASI) pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro dengan nilai p-value sebesar 0,019 atau p-value $< \alpha$ ($0,019 < 0,005$), artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima.

B. Saran

Selain itu peneliti ingin menyampaikan saran yang diharapkan dapat membangun:

1. Secara Teoritis

Diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu kebidanan, khususnya ilmu kebidanan ibu nifas dan menyusui dalam hal mengatasi bendungan ASI (pembengkakan payudara), khususnya penerapan teori-teori yang berkaitan dengan upaya penanganan bendungan ASI (pembengkakan payudara) yang dialami oleh ibu post partum.

2. Secara Praktik

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi dan masukan bagi tenaga kesehatan lainnya dalam hal upaya penanganan bendungan ASI (pembengkakan payudara) secara non farmakologi. Terutama kepada ibu post partum atau ibu nifas yang mengalami bendungan ASI (pembengkakan payudara) dengan kompres daun kol sebagai alternatif untuk mengurangi pembengkakan payudara yang dirasakan. Bagi Puskesmas Yosomulyo dapat melakukan skrining kesehatan, home care serta lebih aktif dalam meningkatkan keikutsertaan ibu post partum dalam melakukan kunjungan selama masa nifas untuk mendapat informasi serta mendeteksi masalah-masalah yang dialami ibu selama masa nifas khususnya pada pembengkakan payudara. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menganalisis lebih lanjut kandungan daun kol yang dapat disintesa dari bahan lain serta mengolah daun kubis menjadi ekstrak yang lebih mudah dalam pemanfaatan untuk mengurangi pembengkakan payudara(bendungan ASI).