

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai perbedaan pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 1 Lampung Utara Tahun 2020 terhadap 15 responden didapatkan kesimpulan:

1. Nilai rata- rata produksi ASI sebelum dilakukan perawatan payudara didapatkan hasil 3.017 dengan deviasi 0.3094. Kemudian nilai rata- rata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil 2.886 dengan deviasi 0.3024.
2. Nilai rata- rata produksi ASI setelah dilakukan perawatan payudara didapatkan hasil 3.071 dengan deviasi 0.3498. Kemudian nilai rata- rata produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil 2.929 dengan deviasi 0.2928.
3. Terdapat perbedaan perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 1 Lampung Utara.

#### **B. Saran**

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Untuk petugas kesehatan khususnya bidan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 1 Lampung Utara, agar dapat memberikan pengetahuan tentang breast care dan pijat oksitosin sebagai salah satu cara untuk memperlancar ASI ibu nifas. Serta memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya untuk melakukan perawatan

payudara dan pijat oksitosin untuk kelancaran ASI sehingga bayi mendapatkan ASI Eksklusif.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan agar penelitian ini dapat dijadikan referensi baru sebagai sarana informasi dan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu post partum.

## 3. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya ibu post partum, penelitian ini diharapkan dapat memotivasi ibu untuk melakukan perawatan payudara sejak hamil sampai masa menyusui agar meningkatkan produksi ASI pada ibu yang mengalami ketidak lancaran ASI dengan melakukan breast care dan pijat oksitosin atau dengan teknik lainnya serta ibu disarankan untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian tentang breast care dan pijat oksitosin dengan mampu mengontrol faktor nutrisi dan psikologis dari ibu post partum, karena hal tersebut merupakan faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI.