

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh jintan hitam atau habbatussauda (*Nigella Sativa*) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Candipuro Lampung Selatan Tahun 2020 terhadap 32 responden maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi produksi ASI pada ibu menyusui sebelum mengkonsumsi jintan hitam atau habbatussauda (*Nigella Sativa*) didapatkan sebanyak 5 ibu (31%) dengan kriteria cukup ASI pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan sebanyak 2 ibu (12,5%) dengan kriteria cukup ASI.
2. Distribusi frekuensi produksi ASI pada ibu menyusui sesudah mengkonsumsi jintan hitam atau habbatussauda (*Nigella Sativa*) didapatkan sebanyak 13 ibu menyusui (81,25%) dengan kriteria cukup ASI pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan 3 responden (18,75%) dengan kriteria cukup ASI
3. Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0.005 < \alpha$  (0,05). Maka ada pengaruh pemberian jintan hitam atau habbatussauda (*Nigella Sativa*) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Candipuro Lampung Selatan Tahun 2020.

## A. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas saran-saran yang dapat dipertimbangkan yakni:

### 1. Bagi Wilayah Kerja Puskesmas Candipuro Lampung Selatan

Hasil penelitian ini lebih ditingkatkan lagi bagi Wilayah Kerja Puskesmas Candipuro Lampung Selatan dalam upaya promotif untuk mencapai derajat kesehatan ibu dan anak mengenai pengaruh mengkonsumsi jintan hitam atau habbatussauda (*Nigella Sativa*) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

### 2. Bagi Jurusan Kebidanan

Hasil penelitian ini lebih ditingkatkan lagi menjadi salah satu bahan acuan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut pada ibu menyusui dalam asuhan kebidanan.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini lebih ditingkatkan lagi dalam upaya menambah wawasan peneliti dan sebagai data pendukung untuk penelitian selanjutnya.