

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Diketahui dari 36 responden sebanyak 22 (61,1%) responden memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara dan sebanyak 14 (38,9%) responden memiliki pengetahuan kurang.
2. Diketahui dari 36 responden sebanyak 23 (63,9%) responden mengalami kelancaran pengeluaran ASI dan sebanyak 14 (36,1%) responden mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.
3. Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui, dengan hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,005 ($p < 0,05$).

B. Saran

Adapun saran yang dapat penulis berikan sesuai dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Ibu Menyusui

Meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya perawatan payudara selama masa menyusui, melalui mengikuti penyuluhan, konsultasi kesehatan, maupun mengakses informasi dari sumber terpercaya guna menunjang kelancaran pengeluaran ASI.

2. Bagi Tenaga Kesehatan/Bidan

Memberikan edukasi dan penyuluhan mengenai perawatan payudara kepada ibu hamil dan menyusui, baik di fasilitas kesehatan maupun melalui kegiatan komunitas, untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi tambahan referensi untuk penelitian lebih lanjut, dengan memperluas jumlah responden serta mempertimbangkan variabel lain seperti dukungan keluarga, status psikologis ibu, dan faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI.

4. Bagi Institusi

Institusi kesehatan seperti puskesmas dan dinas kesehatan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk memperkuat program promotif dan preventif terkait kesehatan ibu menyusui, serta memperluas akses informasi melalui media cetak, digital, dan kegiatan sosialisasi guna meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif. Selain itu, institusi pendidikan, khususnya dalam bidang kebidanan dan keperawatan, dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan ajar tambahan dan sumber referensi dalam pembelajaran mengenai laktasi, perawatan payudara, dan promosi ASI eksklusif, sekaligus mendorong mahasiswa untuk aktif melakukan edukasi masyarakat melalui program pengabdian.