

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan pada 86 ibu menyusui di TPMB Wirahayu, Panjang, Kota Bandar Lampung pada bulan Maret-Mei 2025 dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu menyusui tentang metode amenore laktasi masih kurang yakni sebesar 72%. Hal ini diuraikan sebagai berikut :

1. Diketahui gambaran kontrasepsi metode amenore laktasi mayoritas ibu menyusui tidak menggunakan KB MAL yaitu sebesar 93%.
2. Hampir separuh ibu menyusui memiliki pengetahuan cukup tentang pengertian MAL yaitu, sebesar 47,7%.
3. Lebih dari separuh ibu menyusui masih memiliki pengetahuan kurang tentang cara kerja MAL yaitu, sebesar 66,3%.
4. Sebagian besar ibu menyusui masih memiliki pengetahuan kurang tentang syarat penggunaan MAL yaitu, sebesar 70,9%.
5. Separuh ibu menyusui memiliki pengetahuan cukup tentang efektivitas MAL yaitu, sebanyak 43 orang (50 %).

B. Saran

Saran dari penelitian ini dapat digunakan bagi :

1. Tempat Penelitian

a. TPMB Wirahayu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu menyusui di TPMB Wirahayu tentang pentingnya memilih kontrasepsi selama masa menyusui agar tidak mengganggu proses laktasi/ pemberian ASI kepada bayi dan tidak mempengaruhi produksi ASI dan diharapkan dapat meningkatkan pelayanan konseling yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di TPMB Wirahayu mengenai kontrasepsi alamiah Metode Amenore Laktasi terutama pada ibu pasca melahirkan dan ibu menyusui.

b. Ibu Menyusui

Dari hasil penelitian ini ibu menyusui diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang kontrasepsi MAL karena ibu yang memiliki pengetahuan yang baik belum tentu dapat menerapkan kontrasepsi MAL apalagi pada ibu yang berpengetahuan cukup. Oleh sebab itu, ibu menyusui perlu lebih aktif dalam mencari informasi yang berkaitan dengan kontrasepsi khususnya Metode Amenore Laktasi sehingga dengan bertambahnya pengetahuan, akan membuka pemahaman yang lebih baik mengenai MAL yang sekaligus dapat meningkatkan pencapaian ASI eksklusif.

2. Institusi Pendidikan

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini dapat berguna sebagai salah satu sumber bacaan ilmu kesehatan tentang kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL) dan menjadi informasi bagi semua pihak yang membutuhkan terutama mahasiswa Jurusan Kebidanan untuk menunjang keterampilan dan pengetahuan dan bahan bacaan yang bermanfaat dalam proses belajar mengajar di Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

3. Peneliti Lainnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan bacaan bagi penelitian berikutnya agar bisa lebih mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian lebih mendalam tentang sikap dan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi pengetahuan dan penggunaan Metode Amenore Laktasi (MAL) sebagai metode kontrasepsi yang aman digunakan selama menyusui.