

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dan dipaparkan oleh peneliti dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021 sebagian besar berpengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebesar 58,8% sebanyak 30 responden.
2. Pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021 sebagian besar berpengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebesar 52,9% sebanyak 27 responden.
3. Pengetahuan ibu nifas tentang tujuan perawatan payudara masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021 sebagian besar berpengetahuan dengan kategori baik yaitu sebesar 41,2% sebanyak 21 responden.
4. Pengetahuan ibu nifas tentang waktu pelaksanaan perawatan payudara masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa

Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021 sebagian besar berpengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebesar 70,6% sebanyak 36 responden.

5. Pengetahuan ibu nifas tentang teknik perawatan payudara masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021 sebagian besar berpengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebesar 56,9% sebanyak 29 responden.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu :

1. Bagi Ibu Nifas

Bagi ibu nifas disarankan untuk dapat melakukan perawatan payudara secara mandiri, kemudian melakukan perawatan payudara sebelum mandi karena waktu yang efektif untuk melakukan perawatan payudara yaitu sebelum mandi, dan disarankan untuk dapat melakukan perawatan payudara masa nifas dengan teknik yang benar.

2. Bagi Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur Tahun 2021

Bagi Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Muara Jawa Jawa Kabupaten Kutai Kartanegera Kalimantan Timur disarankan untuk dapat lebih meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara masa nifas, dengan cara mengajarkan secara langsung teknik perawatan payudara masa nifas yang baik dan benar kepada ibu nifas.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan disarankan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber bacaan di perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo serta dapat menjadi referensi untuk mahasiswa melakukan penelitian selanjutnya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat mengembangkan penelitiannya mengenai gambaran pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara masa nifas lebih luas lagi selain dari faktor karakteristik yaitu usia, pendidikan, pekerjaan, dan sumber informasi.