

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. sebagian besar dukungan keluarga adalah baik sejumlah 74 responden (74,7%) kepada ibu menyusui selama pemberian ASI.
2. Sebagian besar efikasi diri ibu menyusui adalah baik sejumlah 78 responden (78,8%).
3. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan efikasi diri ibu menyusui selama pemberian ASI (nilai $p: 0,000 < 0,05$), dan kekuatan hubungannya adalah sedang ($r: 0,534$) dengan arah positif, artinya semakin tinggi dukungan keluarga semakin tinggi efikasi diri ibu menyusui selama pemberian ASI.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian, beberapa saran yang dapat diberikan meliputi:

1. Bagi universitas

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar universitas sebagai institusi pendidikan tinggi memiliki peran aktif dalam memperkuat upaya promosi kesehatan ibu dan anak, khususnya dalam mendukung keberhasilan menyusui. Universitas diharapkan dapat menyelenggarakan kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan mahasiswa dan dosen dari berbagai disiplin ilmu untuk memberikan edukasi berbasis keluarga mengenai pentingnya peran dukungan emosional dan praktis dalam meningkatkan efikasi diri ibu menyusui. Selain itu, universitas dapat menyusun modul edukatif dan media pembelajaran yang mengintegrasikan teori efikasi diri Bandura sebagai kerangka pendekatan, agar konsep ini dapat dipahami dan diaplikasikan secara luas di masyarakat. Kegiatan semacam ini juga dapat menjadi sarana

pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) bagi mahasiswa dalam memahami dinamika perilaku kesehatan keluarga.

2. Bagi responden

Disarankan untuk terus meningkatkan komunikasi dan kerja sama dengan anggota keluarga, terutama pasangan, selama masa menyusui. Keterbukaan dalam menyampaikan kebutuhan, keluhan, atau tantangan yang dihadapi selama proses menyusui akan memudahkan keluarga untuk memberikan dukungan yang sesuai, baik secara emosional, fisik, maupun logistik. Ibu juga dianjurkan untuk aktif mencari informasi yang terpercaya mengenai ASI dan menyusui melalui berbagai sumber edukatif, seperti tenaga kesehatan, forum ibu menyusui, atau media edukasi digital. Keluarga pun perlu diberdayakan sebagai bagian integral dalam proses menyusui, karena keterlibatan mereka dapat mendorong ibu mempertahankan ASI eksklusif bahkan dalam situasi sulit sekalipun.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk mengembangkan desain penelitian yang lebih kompleks, seperti studi longitudinal, agar dapat menelusuri hubungan kausal dan efek jangka panjang antara dukungan keluarga dan efikasi diri ibu menyusui terhadap keberhasilan pemberian ASI. Penelitian mendatang juga sebaiknya mempertimbangkan variabel-variabel lain yang dapat memengaruhi efikasi diri, seperti pengalaman menyusui sebelumnya, kondisi psikologis ibu, kualitas interaksi dengan tenaga kesehatan, dan nilai-nilai budaya lokal yang mungkin menjadi faktor penentu dalam keberhasilan menyusui. Pendekatan *mixed-methods* juga direkomendasikan untuk menggali lebih dalam persepsi ibu, bentuk dukungan yang paling bermakna bagi mereka, serta faktor-faktor kontekstual yang mempengaruhi dinamika keluarga dalam mendukung ibu menyusui.