

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Kesimpulan yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut :

1. Sebagian besar ibu nifas di Puskesmas Kajen I Kabupaten Pekalongan memperoleh dukungan keluarga yang baik, yaitu sebanyak 19 orang (54,3%), dan sisanya sebanyak 16 orang (45,7%) termasuk dalam kategori tidak mendapat dukungan keluarga yang baik.
2. Sebagian besar ibu nifas di Puskesmas Kajen I Kabupaten Pekalongan berhasil memberikan ASI secara eksklusif, yaitu sebanyak 26 orang (74,3%), sedangkan sisanya sebanyak 9 orang (25,7%) tidak berhasil memberikan ASI eksklusif.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas. Hasil uji statistik *Spermant Rank Test* menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti dukungan keluarga berpengaruh secara bermakna terhadap keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka saran yang dapat disampaikan dari peneliti adalah sebagai berikut :

- 1 Bagi Tenaga Kesehatan dan Puskesmas  
Diharapkan untuk terus meningkatkan edukasi kepada ibu nifas mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan

pertama kehidupan bayi. Edukasi dapat dilakukan melalui kelas ibu hamil dan nifas, konseling laktasi, serta pemberdayaan kader dan promosi media visual edukatif. Selain itu, penting untuk melibatkan keluarga khususnya suami dan ibu kandung dalam proses edukasi agar dukungan yang diberikan kepada ibu lebih optimal.

## 2 Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan aktif memberikan dukungan menyeluruh kepada ibu menyusui, baik secara informasional, emosional, maupun instrumental. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa memberikan informasi dan motivasi mengenai pentingnya ASI eksklusif, membantu pekerjaan rumah tangga, menyediakan makanan bergizi, mendampingi ibu saat menyusui atau konsultasi ke tenaga kesehatan, serta membantu penyimpanan dan pemberian ASI perah ketika ibu bekerja. Keterlibatan suami, orang tua, dan anggota keluarga lainnya menjadi faktor kunci untuk menciptakan lingkungan yang nyaman, mendukung, dan memotivasi ibu dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi.

## 3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk meneliti lebih lanjut faktor-faktor lain yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif, seperti motivasi ibu, status pekerjaan, pengetahuan tentang ASI, dan dukungan tenaga kesehatan. Penelitian dengan pendekatan kualitatif juga diperlukan untuk menggali lebih dalam persepsi ibu dan keluarga mengenai praktik menyusui serta hambatan yang mereka hadapi selama masa nifas..

