

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan usia responden dengan usia 20-35 tahun sebanyak 30 responden (90,9%), dan usia <20 - >35 tahun sebanyak 3 responden (9,1%). Kemudian berdasarkan hasil penelitian didapatkan pendidikan terakhir responden dengan pendidikan terakhir SMP sebanyak 5 responden (15,15%), pendidikan terakhir SMA sebanyak 20 responden (75,76%), dan pendidikan terakhir Sarjana sebanyak 3 responden (9,09%). Dan berdasarkan hasil penelitian didapatkan pekerjaan responden sebaga IRT sebanyak 26 responden (78,79%), pekerjaan responden sebagai Swasta sebanyak 5 responden (15,15%), dan pekerjaan responden sebagai Guru sebanyak 2 responden (6,06%).
2. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 33 (100%) responden ibu nifas yang menyusui didapatkan hasil produksi ASI sebelum diberikan buah kurma yaitu dengan kategori produksi ASI 120-148ml sebanyak 17 responden (51,52%), kategori produksi ASI 149-200ml sebanyak 16 responden (48,48%), dengan nilai rata-rata produksi ASI nya adalah 153,39ml, dengan nilai tengah 148, dengan nilai SD nya 21,40, dan responden dengan jumlah ASI tertinggi 200ml sebanyak 1 responden (3,0%) dan jumlah ASI terendah 120ml sebanyak 1 responden (3,0%).
3. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 33 (100%) responden ibu nifas yang menyusui didapatkan hasil produksi ASI sesudah diberikan buah kurma dengan kategori produksi ASI 260-276ml sebanyak 17 responden (51,52%), kategori produksi ASI 277-310ml sebanyak 16 responden (48,48%), dengan nilai rata-rata produksi ASI

nya Adalah 277,55 ml, dengan nilai tengah 276, dengan nilai SD nya 12,3 dan responden dengan jumlah ASI tertinggi 310 ml sebanyak 1 responden (3,0%) responden dan jumlah ASI terendah 260 ml sebanyak 1 orang (3,0%)

4. Pengaruh pemberian buah kurma terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah puskesmas purwodadi 1, didapatkan hasil produksi ASI sebelum diberikan buah kurma dengan nilai rata-rata 153,39, dan didapatkan hasil produksi ASI sesudah diberikan buah kurma dengan nilai rata-rata 277,55, dan didapatkan hasil selisih produksi ASI nya yaitu 124,16, kemudian dilakukan Uji komparatif *menggunakan Paired sampel t-test* didapatkan hasil dengan nilai *p-value* sebesar (0,000). Dikarenakan *p value* <(0,05) Dari hasil tersebut dapat di artikan hipotesis H_0 ditolak dan hipotesis H_a diterima, yang berarti ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah puskesmas purwodadi 1.

B. Saran

1. Bagi Penulis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman penulis mengenai manfaat pemberian buah kurma sebagai terapi nonfarmakologis dalam membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bekal dalam penerapan ilmu kebidanan di pelayanan kesehatan.

2. Bagi Instansi

Diharapkan Puskesmas Purwodadi I dapat mempertimbangkan pemberian buah kurma sebagai salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas, sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu nifas.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan ibu nifas dapat menerapkan pemberian buah kurma sebagai salah satu upaya untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Namun, pemberian buah kurma tetap perlu diimbangi dengan pemenuhan nutrisi yang seimbang, istirahat yang cukup, dan pemberian ASI secara rutin agar produksi ASI tetap optimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, menambahkan kelompok kontrol, memperpanjang waktu pemberian buah kurma, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi produksi ASI, seperti asupan nutrisi lain, kondisi psikologis ibu, frekuensi menyusui, dan kondisi kesehatan ibu, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih akurat dan komprehensif.