

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Beberapa kesimpulan yang didapatkan dari penelitian intervensi *Food bar* Tepung Daun Katuk dan Daun Torbangun terhadap Hasil Produksi ASI dan Status Gizi pada Ibu Menyusui adalah sebagai berikut:

- a. Berdasarkan karakteristik usia dan jenis kelamin mayoritas ibu menyusui berada dalam rentang usia 26-35 tahun sebanyak sembilan orang responden (60%) dengan paritas responden mayoritas memiliki pengalaman lebih dari satu kali kehamilan multipara 11 responden (73,3%). Pendidikan dan Pekerjaan, mayoritas responden memiliki pendidikan Tamat SMA/MAN sebanyak lima responden (33,3%) dan mayoritas sebanyak 13 responden (86,7%) bekerja. Karakteristik bayi, Mayoritas jenis kelamin adalah perempuan yang berjumlah 11 bayi (73,3) dan empat lainnya adalah laki-laki, yang mewakili 26,7%.
- b. Pada uji hasil produksi ASI, Rata-rata (mean) produksi asi hari pertama adalah sebesar 69,99867 ml dan rata-rata produksi asi hari terakhir sebesar 133,49140 ml. Rata-rata persentase produksi asi 90,70%.
- c. Pada hari pertama dan keempat mayoritas responden memiliki status gizi normal delapan responden (53,3%) pada hari pertama dan tujuh responden (46,7%) pada hari keempat. Indeks Massa Tubuh (IMT) ibu menyusui setelah hari keempat penelitian yaitu tiga ibu (20%) tidak mengalami kenaikan IMT, 12 ibu (80%) mengalami kenaikan IMT. Kecukupan energi mayoritas 86,7% responden (13 orang) memiliki asupan energi yang tidak cukup. Tingkat kecukupan protein mayoritas cukup, sebesar 46,7% (tujuh orang) dan 6,7% (satu orang) yang memiliki asupan protein berlebih. Kecukupan lemak, mayoritas 80% (12 orang) kecukupan berlebih. Kecukupan Karbohidrat, sebanyak 80% (12 orang) tidak cukup.
- d. Penelitian Uji produksi ASI menggunakan uji paired T- test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara volume ASI sebelum dan setelah

- e. mengonsumsi *food bar* ($p < 0,05$) yang artinya asupan *food bar* dari tepung torbangun dan tepung katuk memiliki pengaruh terhadap produksi ASI ibu menyusui.
- f. Penelitian Uji status gizi menggunakan uji wilcoxon menunjukkan ($p < 0,05$) tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara status gizi hari pertama dan status gizi hari keempat yang berarti tidak adanya pengaruh pemberian intervensi terhadap status gizi sebelum dan setelah pemberian *Food bar*.

V.2 Saran

Beberapa saran pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Penelitian selanjutnya, untuk takaran *food bar* dalam sehari perlu dikurangi karena jumlah takaran terlalu besar
- b. Selanjutnya, disarankan menambah bahan tambahan lain yang dapat meminimalkan aroma dan rasa pahit dari tepung torbangun dan tepung katuk seperti menambahkan coklat dalam produk.
- c. Perlu menambahkan variabel lain untuk diteliti seperti status gizi bayi, kuantitas dan kualitas ASI yang dihasilkan, dukungan keluarga, dukungan suami serta motivasi ibu.
- d. Peneliti menyarankan untuk penelitian menggunakan responden dengan kriteria status gizi di bawah normal dan dengan jangka pemberian intervensi lebih lama guna melihat adanya pengaruh status gizi ibu meningkat.