

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan pada 391 responden dengan judul “Hubungan Cara Penyimpanan dan Pencairan ASI Perah terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 0-6 Bulan pada Ibu di Wilayah kota Depok” didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Karakteristik ibu dalam penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata usia ibu adalah 27,22 tahun. Tingkat pendidikan ibu paling banyak adalah SMA/SMK sebanyak 228 orang (58,3%), diikuti pendidikan sarjana 96 orang (24,6%) dan diploma 67 orang (17,1%). Sebagian besar ibu tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam mengelola ASI perah, yaitu 307 orang (78,5%).
- b. Karakteristik bayi menunjukkan bahwa rata-rata usia bayi adalah 4,21 bulan. Sebagian besar bayi berjenis kelamin perempuan sebanyak 221 bayi (56,5%), dan mayoritas bayi lahir cukup bulan sebanyak 369 bayi (94,4%).
- c. Gambaran cara penyimpanan ASI perah menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah melakukan penyimpanan ASI perah dengan cara yang benar sebanyak 363 orang (92,8%), sedangkan ibu yang melakukan penyimpanan ASI perah dengan cara salah sebanyak 28 orang (7,2%).
- d. Gambaran cara pencairan ASI perah menunjukkan bahwa mayoritas ibu melakukan pencairan ASI perah dengan cara yang benar sebanyak 350 orang (89,5%), sedangkan yang melakukan pencairan ASI perah dengan cara salah sebanyak 41 orang (10,5%).
- e. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara cara penyimpanan ASI perah dengan pertumbuhan bayi ( $p < 0,001$ ). Dari 363 ibu yang melakukan penyimpanan ASI perah dengan cara benar, terdapat 163 bayi (44,9%) dengan pertumbuhan sesuai dan 200 bayi (55,1%) dengan pertumbuhan tidak sesuai. Sementara itu, dari 28 ibu

yang melakukan penyimpanan ASI perah tidak sesuai, seluruh bayi (100%) mengalami pertumbuhan tidak sesuai.

- f. Hasil analisis bivariat juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara cara pencairan ASI perah dengan pertumbuhan bayi ( $p < 0,001$ ). Dari 350 ibu yang melakukan pencairan ASI perah dengan cara benar, terdapat 161 bayi (46,0%) dengan pertumbuhan sesuai dan 189 bayi (54,0%) dengan pertumbuhan tidak sesuai. Sedangkan pada 41 ibu yang melakukan pencairan ASI perah tidak sesuai, terdapat 39 bayi (95,1%) dengan pertumbuhan tidak sesuai.

## V.2 Saran

Hasil kesimpulan dari penelitian dengan judul “Cara Penyimpanan dan Pencairan ASI Perah terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 0-6 Bulan pada Ibu di Wilayah kota Depok” didapatkan beberapa saran yang disampaikan kepada beberapa pihak, yaitu:

a. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pengelolaan ASI perah, khususnya terkait cara penyimpanan dan pencairan ASI perah yang benar, agar kualitas nutrisi ASI tetap terjaga dan dapat mendukung pertumbuhan bayi secara optimal. Selain itu, peran orang tua, khususnya ayah, sangat penting dalam memberikan dukungan kepada ibu menyusui agar praktik pemberian ASI perah dapat dilakukan secara konsisten dan sesuai dengan anjuran kesehatan. Ibu juga disarankan untuk aktif mencari informasi yang benar melalui tenaga kesehatan, media edukasi resmi, maupun kegiatan penyuluhan yang diselenggarakan oleh fasilitas kesehatan.

b. Bagi Tenaga Kesehatan dan Instansi Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan konseling kepada orang tua, khususnya keluarga dengan ibu bekerja, mengenai pengelolaan ASI perah. Edukasi dapat dilakukan melalui kegiatan kelas ibu menyusui, penyuluhan di posyandu, puskesmas, maupun melalui

media cetak dan digital, sehingga praktik penyimpanan dan pencairan ASI perah dapat dilakukan sesuai dengan standar yang dianjurkan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan pengumpulan data secara langsung (offline) agar peneliti dapat memberikan penjelasan dan klarifikasi kepada responden, sehingga dapat meminimalkan kesalahan pemahaman dan bias informasi, khususnya terkait praktik penyimpanan dan pencairan ASI perah. Selain itu, pengukuran pertumbuhan bayi diharapkan dapat dilakukan secara langsung oleh peneliti atau tenaga kesehatan menggunakan alat ukur yang terstandar, sehingga data berat badan, panjang badan, dan lingkar kepala bayi lebih akurat. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi pertumbuhan bayi, seperti status gizi ibu, frekuensi pemberian ASI perah, pemberian MP-ASI, riwayat penyakit bayi, serta kondisi sosial ekonomi keluarga, agar hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.