

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penelitian yang telah dilakukan oleh 30 ibu postpartum yang menjadi responden penelitian di wilayah UPTD Puskesmas Cikuya. Mayoritas responden merupakan ibu muda dengan rata-rata usia 22 tahun, pendidikan menengah, tidak bekerja, serta belum memiliki pengalaman dalam perawatan payudara sebelum masa postpartum.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa semua responden menunjukkan perubahan dalam produksi ASI setelah mendapatkan intervensi kompres hangat dan pijat Woolwich pada payudara dengan total durasi 30 menit, yang terdiri dari 15 menit kompres hangat dan 15 menit pijat Woolwich. Rata-rata produksi ASI sebelum diberikan intervensi adalah sebesar 0,44 ml, meningkat menjadi 28,30 ml setelah diberikan intervensi.

Pemberian intervensi kombinasi pijat Woolwich dan kompres hangat pada payudara berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum primipara dengan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Intervensi ini dapat menjadi salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis yang mudah, aman, dan sederhana untuk diterapkan dalam praktik keperawatan maternitas untuk membantu meningkatkan produksi ASI, khususnya pada periode awal laktasi.

V.2 Saran

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat, khususnya ibu menyusui mengenai alternatif metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mendukung peningkatan produksi ASI. Kombinasi pijat Woolwich dan kompres hangat pada payudara dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan intervensi alami yang relatif aman, mudah dilakukan, dan dapat diaplikasikan secara mandiri dengan atau tanpa pendampingan tenaga kesehatan. Penerapan intervensi

ini diharapkan dapat membantu ibu menyusui dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI, khususnya pada periode awal postpartum, sehingga dapat menunjang tercapainya pemberian ASI eksklusif.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi institusi pendidikan, khususnya di bidang kesehatan dan keperawatan, sebagai referensi tambahan terkait intervensi nonfarmakologis dalam mendukung proses laktasi. Temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan ajar, diskusi akademik, maupun pengembangan pembelajaran praktik keperawatan maternitas, terutama dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

- 1) Diharapkan bahwa studi ini dapat menjadi landasan untuk penelitian berikutnya dalam mengembangkan analisis yang lebih mendalam mengenai intervensi nonfarmakologis yang bertujuan meningkatkan produksi ASI.
- 2) Peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan kelompok kontrol atau kelompok pembanding guna memperoleh perbandingan yang lebih kuat mengenai efektivitas intervensi.
- 3) Penyeragaman waktu pemberian intervensi atau pengelompokan berdasarkan fase waktu postpartum dapat dipertimbangkan untuk meminimalkan variasi respons fisiologis produksi ASI.
- 4) Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat mengoptimalkan metode pemberian intervensi secara tatap muka penuh guna meningkatkan pemantauan kepatuhan dan kualitas pelaksanaan intervensi dengan cara merekrut tim peneliti dan sebagainya.
- 5) Peneliti berikutnya bisa mengevaluasi aspek lain yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti pola asupan nutrisi, tingkat stres ibu, dukungan keluarga, serta mengombinasikan intervensi pijat Woolwich dan kompres hangat dengan metode nonfarmakologis lain, sehingga diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai upaya peningkatan produksi ASI