

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Efektivitas Promosi Kesehatan Teknik Menyusui yang Benar Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Menyusui Ibu Postpartum dengan Masalah Laktasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu postpartum masih banyak mengalami masalah laktasi yang berkaitan dengan teknik menyusui yang kurang tepat. Masalah yang muncul meliputi posisi bayi yang tidak berada pada garis lurus, tubuh bayi tidak sepenuhnya ditopang, wajah dan dagu bayi tidak melekat pada payudara, serta perlekatan yang tidak sempurna sehingga areola bagian atas tidak masuk ke dalam mulut bayi. Kondisi ini menyebabkan isapan bayi tidak efektif, ibu sering mengeluhkan nyeri pada puting, bayi sering melepas puting, serta ibu tidak mengetahui cara menyendawakan bayi.
2. Edukasi diberikan menggunakan media poster, leaflet, serta bimbingan praktik langsung. Materi yang disampaikan meliputi cara memposisikan bayi, prinsip perlekatan yang benar, tanda bayi mengisap efektif, posisi menyusui yang nyaman, tanda bayi kenyang, serta cara menyendawakan bayi. Edukasi dilakukan selama 5 hari kepada 3 partisipan disertai pendampingan praktik agar ibu lebih memahami dan mampu mempraktikkannya secara mandiri.
3. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang hingga cukup dengan skor awal berkisar 8–12. Setelah diberikan promosi kesehatan, skor pengetahuan meningkat secara signifikan menjadi 17–18 yang masuk kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang benar.

4. Perilaku menyusui ibu postpartum mengalami perubahan setelah mendapatkan edukasi. Awalnya, ibu cenderung menyusui dengan posisi yang tidak nyaman, perlekatan yang salah, serta belum mampu mendukung bayi agar menyusu dengan efektif. Setelah dilakukan intervensi, ibu mulai mampu memposisikan bayi dengan benar, menjaga agar tubuh bayi sejajar dan ditopang, serta memastikan dagu dan wajah bayi menempel pada payudara. Perilaku menyusui menjadi lebih baik, ibu lebih percaya diri, bayi menyusu dengan tenang, dan keluhan nyeri berkurang.
5. Evaluasi yang dilakukan secara bertahap menunjukkan adanya peningkatan kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Pada hari-hari awal, ibu masih terlihat ragu dan kesulitan dalam mempraktikkan teknik yang diajarkan. Namun setelah dilakukan pendampingan intensif hingga hari kelima, semua partisipan sudah mampu menyusui dengan teknik yang benar, perlekatan bayi baik, posisi nyaman, dan bayi mengisap secara efektif. Evaluasi kuesioner juga memperlihatkan peningkatan pengetahuan dari kategori kurang/cukup menjadi baik.

5.2 SARAN

1. Bagi Institusi
Karya Ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan teori tentang efektivitas promosi kesehatan teknik menyusui pada ibu postpartum dengan masalah laktasi
2. Bagi pelayanan kesehatan
Karya Ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan rekomendasi dalam program promosi kesehatan teknik menyusui yang benar bagi ibu postpartum di pelayanan kesehatan
3. Bagi responden
Karya Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan pengetahuan untuk dapat mengatasi permasalahan laktasi.