BAB V
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1. Kesimpulan

1. Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Pemberian ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelusuran jurnal mengenai pengetahuan ibu menyusui tentang pemberian ASI Eksklusif, penulis dapat menyimpulkan jika pengetahuan ibu menyusui masih rendah pada jurnal pertama yaitu 73,3% dan pada jurnal kedua yaitu 52,6% ibu menyusui berpengetahuan kategori kurang tentang pemberian ASI Eksklusif.

2. Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Manajemen ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelusuran jurnal mengenai pengetahuan ibu menyusui tentang manajemen ASI Eksklusif, penulis dapat menyimpulkan jika pengetahuan ibu menyusui masih rendah, pada jurnal pertama yaitu 52,6% dan pada jurnal kedua yaitu 27,0% ibu menyusui berpengetahuan kategori kurang tentang manajemen ASI Eksklusif.

3. Perilaku Ibu Menyusui Dalam Meningkatkan Produksi ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelusuran jurnal mengenai perilaku ibu menyusui tentang produksi ASI Eksklusif, penulis dapat menyimpulkan jika perilaku ibu menyusui masih rendah yaitu 16,7% ibu menyusui memiliki perilaku berada pada tingkatan sedang tentang produksi ASI Eksklusif.

4. Psikologis Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil penelusuran jurnal mengenai psikologis pada ibu menyusui dalam pemberian ASI Eksklusif, penulis dapat menyimpulkan bahwa psikologis ibu cemas dan tidak baik, pada jurnal pertama yaitu sebesar 64,2% dan pada jurnal kedua yaitu 26,3% ibu menyusui dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi.

5.2. Rekomendasi

Pengetahuan yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif perlu untuk ditingkatkan. Beberapa rekomendasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan dalam pemberian ASI Eksklusif sebagai berikut :

1. Perlu bagi ibu yang menyusui agar lebih memahami tentang ASI Eksklusif baik melalui pendidikan, pekerjaan dan media massa ataupun dari Tenaga Kesehatan serta menerapkanya demi tercapainya kesehatan anak.
2. Diberikannya Pendidikan Kesehatan atau penyuluhan Kesehatan yang diberikan seperti memberikan informasi terkait dengan manajemen ASI Eksklusif. Sehingga dapat berbagi dengan sesama ibu yang belum sempat terpapar informasi.
3. Meningkatkan produksi ASI Eksklusif dengan memperhatikan pola makan seperti makan tepat waktu dan mengkonsumsi makanan secukupnya berupa sayuran, daging, kacang-kacangan, buah-buahan, susu dan air putih.
4. Meningkatkan promosi ASI Eksklusif dan tidak memperkenalkan atau menganjurkan pada ibu menyusui untuk memberikan susu formula sebagai

pengganti ASI Eksklusif, lebih mensosialisasikan ASI Eksklusif untuk meningkatkan pengetahuan tentang pemberian ASI Eksklusif dengan mengikuti penyuluhan dan mencari informasi melalui media cetak atau elektronik.