

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian yang bertujuan mendeskripsikan peningkatan pengetahuan dan penurunan nyeri puting susu sebelum dan sesudah dilakukan penerapan teknik menyusui efektif dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan dan tingkat nyeri sebelum dilakukan edukasi dan penerapan teknik menyusui efektif pada Ny W adalah pengetahuan cukup baik dengan skala nyeri sedang, sedangkan pada Ny. S dan Ny. I adalah pengetahuan kurang baik dengan skala nyeri sedang.
2. Tingkat pengetahuan dan tingkat nyeri sesudah dilakukan edukasi dan penerapan teknik menyusui efektif pada Ny W adalah pengetahuan baik dengan skala nyeri ringan, pada Ny. S adalah pengetahuan cukup baik dengan skala nyeri ringan dan pada Ny. I adalah pengetahuan cukup baik dengan skala nyeri ringan.
3. Setelah dilakukan edukasi dan penerapan teknik menyusui efektif terdapat perbedaan nilai pada ketiga responden. Pada Ny. W, Ny. S dan Ny. I mengalami peningkatan pengetahuan dan penurunan tingkat nyeri.

#### **B. Saran**

1. Bagi Responden

Teknik menyusui efektif dapat dijadikan salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri puting, mencegah terjadinya puting lecet, mencegah terjadinya bendungan ASI, mencegah terjadi pembengkakan payudara, dapat mengoptimal pengeluaran ASI, dapat membuat bayi dan ibu merasa nyaman saat menyusui dan dapat dilakukan secara mandiri.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Keterbatasan penelitian ini yaitu hanya menggunakan metode deskriptif dan hanya menggunakan 3 responden saja, diharapkan untuk peneliti

selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih baik lagi dengan responden yang lebih banyak dan Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang keefektifan pendidikan kesehatan tentang menyusui yang benar dengan menggunakan media daring pada ibu postpartum.

### 3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pada pelayanan kesehatan disarankan memberikan informasi mengenai teknik menyusui efektif pada ibu hamil khususnya trimester 3 untuk menghindari terjadinya nyeri bahkan lecet pada puting susu ibu.

Pada pelaksanaan penyuluhan kesehatan, sebaiknya dilakukan dengan pendekatan demonstrasi, karena metode demonstrasi terbukti dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam menyusui, sehingga ibu dapat menyusui dengan teknik yang benar.