

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang diet saat menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 20 ibu nifas (57,1%).
2. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta tentang pengertian diet dalam kategori baik yaitu sebanyak 16 ibu nifas (45,7%).
3. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta tentang pengertian diet seimbang dalam kategori baik sebanyak 31 ibu nifas (88,6%).
4. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang cara diet yang benar saat menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 20 ibu nifas (57,1%).
5. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang tujuan diet saat menyusui dalam kategori kurang yaitu sebanyak 23 ibu nifas (65,7%).
6. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang prinsip diet saat menyusui di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta dalam kategori baik yaitu sebanyak 22 ibu nifas (62,9%).

7. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang syarat diet saat menyusui di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta dalam kategori baik yaitu sebanyak 14 ibu nifas (40,0%).
8. Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat diet saat menyusui di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta dalam kategori kurang yaitu sebanyak 22 ibu nifas (62,9%).

### **B. Saran**

Saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Petugas Kesehatan di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk bahan pembelajaran para petugas kesehatan yang ada di RS PKU Muhammadiyah Bantul supaya petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan dan sosialisasi kepada ibu nifas tentang cara diet yang benar saat menyusui, khususnya mengenai tujuan dan manfaat diet saat menyusui supaya para ibu nifas mengerti dan memahami pentingnya diet saat menyusui.

2. Bagi ibu nifas di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan para ibu nifas khususnya ibu nifas yang berada di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta untuk melakukan program dietnya supaya diet yang dilakukan dapat berjalan dengan baik dan sesuai aturan yang seharusnya serta menambah wawasan dan informasi ibu nifas.

### 3. Bagi Peneliti

Penelitian ini hendaknya digunakan untuk menambah wawasan untuk para pembaca di perpustakaan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta serta supaya dapat dijadikan sebagai referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti mengharapkan pada penelitian yang akan datang hasil penelitian ini dapat disempurnakan dan juga dilakukan penelitian dengan metode yang berbeda sehingga dapat diperoleh hasil yang lebih baik dan mendalam. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan cara mengkaji sumber-sumber informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang diet yang benar saat menyusui.