

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagai berikut:

1. Kelompok kontrol dengan mayoritas ibu nifas *pretest* produksi ASI tidak meningkat 14 (93,3%) dan *posttest* produksi ASI tidak meningkat 13 (86,7%).
2. Kelompok intervensi dengan mayoritas ibu nifas *pretest* dengan produksi ASI tidak meningkat 14 (93,3%) dan *posttest* produksi ASI meningkat 14 (93,3%).
3. Terdapat pengaruh yang signifikan kelompok intervensi dari pemberian sari kacang hijau pada ibu nifas terhadap produksi ASI Di Bidan Anisa Mauliddina Di Kab. Sleman, dengan nilai sig 0,000.

#### **B. Saran**

Berikut adalah kesimpulan dari penelitian ini:

1. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani

Universitas dapat menawarkan lebih banyak penelitian tentang masalah produksi ASI pada ibu nifas dan faktor-faktor yang mempengaruhinya dan juga dapat menawarkan lebih banyak kursus atau program yang berfokus pada gizi dan kesehatan pada ibu nifas, terutama yang berkaitan dengan produksi ASI

2. Bagi ibu nifas

Ibu nifas harus menjaga pola makan saat hamil dan setelah persalinan agar nutrisi ibu dapat terpenuhi untuk tahap menghasilkan produksi ASI, pemenuhan nutrisi ibu dapat mempengaruhi produksi ASI Ibu, jika nutrisi ibu tidak cukup maka produksi ASI ibu akan berkurang, sari kacang hijau adalah opsi lain yang dapat dikonsumsi ibu nifas yang mengandung nutrisi yang tinggi yang dapat mempengaruhi produksi ASI.

3. Bagi petugas kesehatan

Petugas kesehatan dan tenaga pelayanan kebidanan dapat memberikan wawasan tentang manfaat sari kacang hijau khususnya kepada ibu nifas dalam mengatasi atau mencegah permasalahan produksi ASI.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti yang akan datang memiliki kemampuan untuk menyelidiki tentang bagaimana sari kacang hijau mempengaruhi produksi ASI. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan pengontrolan penelitian yang lebih rinci dalam mengkonsumsi sari kacang hijau untuk mengetahui kepatuhan responden. selanjutnya peneliti dapat mencari lokasi penelitian yang lebih mudah dijangkau dan memiliki jumlah responden yang memadai dalam mempersingkat waktu penelitian.

5. Bagi perpustakaan

Perpustakaan dapat mengembangkan referensi tentang komplementer khususnya pemenuhan nutrisi pada ibu nifas yaitu pemberian sari kacang hijau, sehingga perpustakaan memberikan acuan kepada peneliti berikutnya dalam mengembangkan penelitian komplementer dan mengatasi permasalahan yang terjadi pada ibu nifas khususnya tentang produksi ASI.