

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta dapat diambil kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu :

- a. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian pola nutrisi selama masa nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta dalam kategori cukup yaitu 39 responden (45,9%).
- b. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang budaya pola nutrisi selama masa nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta dalam kategori baik yaitu 49 responden (57,6%).
- c. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang nutrisi yang dianjurkan selama masa nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta dalam kategori cukup yaitu 42 responden (49,4%).
- d. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang kerugian akibat pola nutrisi yang tidak baik selama masa nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta dalam kategori cukup yaitu 56 responden (65,9%).

## B. Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diberikan saran-saran sebagai berikut :

### 1. Bagi RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta

Lebih meningkatkan dalam memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan terutama tentang pola nutrisi selama masa nifas. Dalam pemberian informasi jangan secara umum saja tetapi lebih spesifik dan tepat seperti memberikan informasi tentang nutrisi yang tidak dianjurkan, keuntungan akibat pola nutrisi yang baik, dan lebih spesifik lagi tentang nutrisi selama masa nifas.

### 2. Bagi Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai tambahan informasi dan sumber bacaan di perpustakaan khususnya tentang pola nutrisi masa nifas.

### 3. Bagi peneliti lain

Disarankan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan metode atau teknik lain misalnya menggunakan wawancara dan menambah karakteristik sumber informasi. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih dari satu variabel dan dapat memberikan pengetahuan bagi responden tidak hanya mengetahui pemahaman responden saja.