

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar penurunan berat badan pada ibu yang memberikan ASI eksklusif adalah 8 kg, sedangkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif mengalami penurunan berat badan sebanyak 4 kg.
2. Sebagian besar ibu tidak memberikan ASI eksklusif, yaitu 19 responden atau 61,3%.
3. Ada hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan penurunan berat badan ibu.

B. Saran

1. Bagi Ibu Menyusui

Diharapkan ibu menyusui agar melakukan pemberian ASI eksklusif pada bayi sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan mengerti manfaat pemberian ASI Eksklusif yang dapat menurunkan berat badan ibu.

2. Bagi BPS Wati Subagya Yogyakarta

Diharapkan meningkatkan informasi atau penyuluhan ibu di BPS Wati Subagya sehingga ibu-ibu menyusui di wilayah tersebut mengetahui

manfaat dari pemberian ASI Eksklusif dapat menurunkan berat badan ibu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan melakukan penelitian dengan menggunakan variabel-variabel lain yang berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif atau penurunan berat badan ibu sehingga referensi penelitian dapat bervariasi, dan memperbanyak serta menggali pengetahuan yang lebih bermanfaat bagi pembacanya.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA