

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di BPS Edi Suryaningrum Godean, Sleman, Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa dari 44 ibu nifas sebagian besar berumur 20-35 tahun yaitu sebanyak 34 responden (77,3%), sebagian besar memiliki pendidikan terakhir di tingkat SMU yaitu sebanyak 27 responden (61,4%), sebagian besar mempunyai pekerjaan sebagai IRT yaitu sebanyak 32 responden (72,7%).
2. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang nutrisi yang dapat meningkatkan produksi ASI di BPS Edi Suryaningrum Godean, Sleman, Yogyakarta sebagian besar memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 22 responden (50,0%).

### **B. Saran**

Saran yang didapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut :

1. Bagi BPS Edi Suryaningrum Godean  
BPS Edi Suryaningrum hendaknya dalam memberikan konseling kepada ibu tentang nutrisi-nutrisi yang dapat meningkatkan produksi ASI lebih berstruktur dan menyeluruh, selain itu juga disarankan agar lebih aktif untuk memberikan penyuluhan dimasyarakat terutama mitos-mitos larangan makanan yang tidak boleh dikonsumsi ibu nifas yang beredar yang berkaitan dengan nutrisi ibu nifas, sehingga pengetahuan ibu nifas tentang nutrisi yang meningkatkan produksi ASI menjadi lebih baik.

2. Bagi ibu nifas

Ibu nifas hendaknya meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi yang dapat meningkatkan produksi ASI dengan mencari informasi dari berbagai sumber, serta meminta penjelasan dari petugas kesehatan.

3. Bagi peneliti

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti lain, dan dapat mengembangkan penelitian ini dengan metode atau teknik lain misalnya menggunakan wawancara dan menambah karakteristik sumber informasi.

PERPUSTAKAAN  
JENDERAL ACHMAD YANI  
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA