

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan sebagai berikut;

1. Gambaran tingkat kecemasan berat dalam pemberian ASI eksklusif sebagian besar terjadi pada ibu dengan usia 20-35 tahun (42,9%) pendidikan SMA (46,2%), paritas *primipara* (43,8%) dan bekerja di bidang swasta (50,0%).
2. Gambaran tingkat kecemasan ringan pada ibu pekerja dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Danurejan I Yogyakarta sebanyak 5 orang (17,2%).
3. Gambaran tingkat kecemasan sedang pada ibu pekerja dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Danurejan I Yogyakarta sebanyak 10 orang (34,5%).
4. Gambaran tingkat kecemasan berat pada ibu pekerja dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Danurejan I Yogyakarta sebanyak 13 orang (44,8%)
5. Gambaran tingkat kecemasan berat sekali pada ibu pekerja dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Danurejan I Yogyakarta sebanyak 1 orang (3,4%)

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Danurejan I

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian ibu mengalami kecemasan berat, maka disarankan bagi pihak Puskesmas Danurejan I untuk memberikan informasi berupa KIE dan motivasi kepada ibu yang bekerja untuk tidak khawatir dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sehingga bayi tetap mendapatkan ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan untuk meningkatkan derajat

kesehatan bayinya. Pihak Puskesmas juga dapat bekerjasama dengan pihak luar untuk memberikan penyuluhan berkaitan dengan manajemen laktasi sehingga ibu yang bekerja tetap dapat memberikan ASI eksklusif dengan baik.

2. Bagi Ibu menyusui

Berdasarkan hasil penelitian, ibu diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan mencari informasi yang akurat berkaitan dengan manajemen laktasi di tempat kerja, sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu dan memotivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meningkatkan pokok bahasan mengenai kecemasan ibu menyusui dalam memberikan asi eksklusif dengan menggali lebih dalam mengenai sikap dan perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif pada bayinya dan faktor-faktor yang dapat berpengaruh pada kecemasan ibu seperti faktor interpersonal, pengetahuan, perilaku ibu, dan dukungan keluarga.