

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan antara Dukungan Suami dan Tingkat Stres Pengasuhan dengan Breastfeeding Self Efficacy pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tabanan I dapat disimpulkan :

1. Ibu menyusui yang mendapat dukungan suami yang baik sama dengan yang mendapatkan dukungan suami yang kurang yaitu sebanyak 25 orang 50%.
2. Sebagian dari responden ibu menyusui memiliki tingkat stres pengasuhan yang rendah yaitu sebanyak 26 orang 52%.
3. Ibu menyusui yang memiliki BSE yang tinggi sama dengan yang memiliki BSE kurang yaitu sebanyak 25 orang 50%.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan BSE dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dan $r = 0,797$ yang artinya terdapat hubungan yang sangat kuat dan positif. Semakin tinggi dukungan suami maka semakin tinggi pula BSE yang dimiliki oleh ibu menyusui.
5. Terdapat hubungan antara tingkat stres pengasuhan dengan BSE dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$ dan $r = -0,815$ yang artinya terdapat hubungan yang sangat kuat dan negative. Semakin tinggi tingkat stres pengasuhan maka semakin rendah BSE yang dimiliki oleh ibu menyusui.

B. Saran

1. Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk melanjutkan penelitian yang mengarah kepada faktor – faktor lainnya yang berhubungan dengan BSE pada ibu menyusui.

2. Bagi ibu dan suami

Kepada ibu menyusui disarankan menjalin komunikasi yang terbuka dengan suami mengenai kebutuhan dan tantangan selama menyusui, serta meningkatkan pengetahuan tentang ASI agar lebih percaya diri dan mengurangi tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu. Selain itu, penting bagi suami untuk meningkatkan pemahaman tentang manfaat menyusui melalui penyuluhan atau media edukatif, serta memberikan penghargaan dan pengakuan atas usaha istri dalam menyusui. Berdasarkan hasil penelitian dalam dukungan suami dalam aspek emosional dan informasi masih perlu mendapatkan perhatian.

3. Bagi Puskesmas Tabanan I

Kepada Puskesmas agar meningkatkan edukasi kepada suami melalui penyuluhan atau kelas ibu hamil untuk memperkuat dukungan terhadap ibu menyusui. Selain itu, Puskesmas perlu menyediakan layanan konseling atau deteksi dini stres pengasuhan guna membantu ibu mengelola stres dan meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*. Edukasi dan pendampingan yang menyeluruh diharapkan dapat mendukung keberhasilan menyusui di masyarakat.