

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Efikasi diri menyusui pada ibu menyusui di UPTD Puskesmas II Denpasar Utara sebagian besar tinggi, yaitu sebanyak 32 responden (52,5%).
2. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di UPTD Puskesmas II Denpasar Utara sebagian besar tidak berhasil, yaitu sebanyak 35 responden (57,4%).
3. Diperoleh *p-value* sebesar 0,000 ($<0,05$), yang artinya ada hubungan yang bermakna secara signifikan antara efikasi diri menyusui dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di UPTD Puskesmas II Denpasar Utara. Di mana seluruh ibu yang memiliki efikasi diri rendah (100%) tidak berhasil memberikan ASI eksklusif, sedangkan sebagian besar ibu yang memiliki efikasi diri tinggi (81,3%) terbukti berhasil memberikan ASI eksklusif.

B. Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan beberapa saran yang secara spesifik ditujukan kepada:

1. Bagi Kepala UPTD Puskesmas II Denpasar Utara

Disarankan kepada Kepala Puskesmas untuk mengevaluasi kebijakan program KIA dan Gizi dalam merespons angka kegagalan ASI eksklusif yang masih tinggi di puskesmas, yaitu mencapai 57,4% dari total responden penelitian. Kepala Puskesmas diharapkan dapat memfasilitasi program kelas laktasi yang lebih komprehensif dengan menyediakan layanan konseling psikologis khusus untuk membangun efikasi diri ibu menyusui, sehingga tidak hanya berfokus pada target asupan gizi fisik saja.

2. Bagi tenaga kesehatan (perawat, bidan, dan pemegang program KIA dan gizi di UPTD Puskesmas II Denpasar Utara)

Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk menyempurnakan materi konseling laktasi dengan berfokus pada area keyakinan ibu yang terendah, yaitu saat menghadapi bayi menangis (item kuesioner BSES-SF No. 6 dengan skor 198) dan keraguan menyusui tanpa susu formula (item BSES-SF No. 3 dengan skor 193). Langkah ini penting guna mencegah tindakan kegagalan berupa pemberian susu formula di malam hari (item kuesioner ASI Eksklusif No. 11 oleh 34 responden) dan pemberian susu formula dini (item No. 1 oleh 32 responden). Tenaga kesehatan diharapkan menambahkan materi pelatihan manajemen stres, teknik relaksasi, dan simulasi ketahanan mental, khususnya bagi kelompok ibu primipara.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan variabel penelitian dengan melibatkan faktor luar yang juga memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, seperti dukungan keluarga atau pekerjaan ibu. Selain itu, disarankan untuk melakukan penelitian eksperimen atau intervensi berkelanjutan, seperti terapi relaksasi *hypnobreastfeeding* atau modul edukasi pendampingan psikologis bagi ibu nifas, serta disarankan menggunakan desain penelitian longitudinal guna mengamati fluktuasi efikasi diri ibu dari bulan ke bulan secara lebih akurat.