

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

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

1. Gambaran *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas pada hari ke-1 belum mencapai tahap yang optimal. Hal ini disebabkan karena ibu masih berada dalam fase adaptasi awal, di mana fokus utamanya masih tertuju pada pemulihan kondisi fisik pascapersalinan serta penyesuaian psikologis terhadap peran barunya sebagai ibu.
2. Gambaran *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas pada hari ke-7 menunjukkan adanya perbaikan dan perkembangan yang positif pada hari ketujuh masa nifas. Peningkatan ini terjadi seiring dengan bertambahnya pengalaman langsung ibu dalam merawat bayi serta proses adaptasi psikologis yang lebih stabil dibandingkan awal masa nifas.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *Breastfeeding Self-Efficacy* (BSE) pada ibu nifas antara hari ke-1 dan hari ke-7 di RSUD Kasih Ibu Saba. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri menyusui yang nyata seiring dengan bertambahnya waktu masa nifas dan proses adaptasi ibu.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, dapat meningkatkan pemberian pendampingan menyusui khususnya hari ke-1 masa nifas dan pendampingan individu bagi ibu primipara. Intervensi yang diberikan secara dini dan individual diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Diharapkan juga tenaga kesehatan dapat berintegrasi dengan keluarga bersama-sama dalam meningkatkan BSE ibu nifas.

2. Bagi ibu nifas

Ibu nifas diharapkan dapat lebih aktif dalam mencari informasi dan tidak ragu untuk meminta bantuan kepada tenaga kesehatan terkait teknik menyusui yang benar, sehingga kepercayaan diri dalam menyusui dapat meningkat.

3. Bagi rumah sakit

Diharapkan rumah sakit dapat mengoptimalkan penerapan SOP tentang menyusui yang sudah ada serta program edukasi dan pendampingan seperti kelas antenatal dan konseling laktasi sebagai upaya meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* ibu.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan *breastfeeding self-efficacy*, seperti dukungan keluarga, kondisi psikologis ibu, serta melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar.