

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran tingkat stress pada ibu menyusui di desa trucuk tahun 2023, maka dapat diperoleh gambaran:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa rata-rata usia ibu 29,0 tahun ,rata-rata usia bayi 9,4 bulan, dan rata-rata jumlah anak 1,9 bulan.
2. Tingkat stress pada ibu menyusui di desa trucuk mrndapatkan hasil penilaian ringan sebanyak 55,6%
3. Tingkat stress pada ibu menyusui berdasarkan usia ibu terbanyak yaitu usia 20-28 tahun dengan hasil penilaian 57,8%
4. Tingkat stress pada ibu menyusui berdasarkan usia bayi terbanyak yaitu usia 9,4-16 bulan dengan hasil penilaian 51,1%
5. Tingkat stress pada ibu menyusui berdasarkan jumlah anak terbanyak 1,9-6 anak dengan hasil penilaian 55,6%
6. Responden yang mempunyai tingkat stress ringan berdasarkan lama menyusui lebih dari 6 bulan sebanyak 25 responden
7. Responden yang mempunyai tingkat stress berdasarkan Pendidikan terbanyak SMA di stress ringan dengan 22 responden.
8. Responden yang mempunyai tingkat stress berdasarkan penggunaan sosial media terbanyak lebih dari 3 jam/hari di stress ringan dengan 24 responden.
9. Responden yang mempunyai tingkat stress berdasarkan pekerjaan terbanyak buruh di stress ringan sebanyak 22 responden.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dan kesimpulan diatas maka dapat diberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Bagi ibu menyusui
Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada ibu sehingga lebih dapat mengetahui ilmu tentang tingkat stress dan mencegah terjadinya stress terutama pada ibu menyusui

2. Bagi masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan cakupan ASI ibu, dengan mengetahui tingkat stress ibu terhadap pengeluaran ASI disaat menyusui

3. Bagi puskesmas

Diharapkan dengan adanya penelitian ini tenaga Kesehatan dapat mengetahui tingkat stress, kelancaran pengeluaran ASI, dan hubungan stress terhadap kelancaran pengeluaran ASI.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar atau referenensi bagi peneliti selanjutnya dan meningkatkan pengetahuan serta mengembangkan dalam ilmu keperawatan tentang Kesehatan ibu dan anak dalam bidang maternitas.