

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2024 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat stres mayoritas pada ibu nifas, masuk dalam kategori sedang sebanyak 86,6%.
2. Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas mayoritas masuk dalam kategori tidak lancar sebanyak 73,3%.
3. Hasil hipotesis hubungan antara tingkat stres dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas didapatkan hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank didapatkan $1,000 > 0,05$ yang artinya H_0 ditolak atau tidak ada hubungan.

B. Saran

1. Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin (Bangsal Clement)

Hasil penelitian ini diharapkan Rumah Sakit Suaka Insan terutama Bangsal Clement dapat menyediakan dan bekerjasama pada pelayanan kesehatan psikologis atau pelayanan kesehatan mental yang terjadi pada periode kehamilan dan postpartum serta meningkatkan promosi kesehatan tentang pentingnya memahami faktor penyebab lainnya tentang kelancaran ASI.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini bisa menjadi dasar bagi perawat dalam memberikan Asuhan Keperawatan yang holistik, memberikan pelayanan dan penyuluhan yang lebih variatif bisa memberikan informasi tentang bagaimana ibu mencegah atau mengurangi stres dengan meningkatkan coping mekanisme dalam keyakinan kemampuan diri mengatasi masalah, seperti berperan aktif dalam pemberian informasi tentang perawatan fisik pasca melahirkan sehingga tidak mempengaruhi produksi ASI

3. Bagi Institusi Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian ini, STIKES Suaka Insan dapat mengintegrasikan pembelajaran tentang kesehatan mental dalam kurikulum keperawatan maternitas. Institusi pendidikan dapat mengembangkan program edukasi yang lebih menekankan pada dukungan sosial, pola hidup sehat, dan pemahaman psikologis untuk ibu menyusui.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan lokasi yang lebih luas untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif seperti kuantitatif analitik atau mixed methods, serta

memperpanjang waktu penelitian untuk mengamati perubahan pengetahuan ibu secara lebih mendalam. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermakna untuk pemahaman yang lebih baik tentang stres pada ibu nifas, paritas, dan kelancaran ASI, serta memberikan wawasan baru dalam menangani tantangan yang dihadapi ibu dalam menyusui.