

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat peningkatan volume produksi ASI yang signifikan pada ibu menyusui setelah diberikan intervensi pijat laktasi dengan metode hotpack dan icebag.
2. Kelompok eksperimen menunjukkan perbedaan volume ASI pretest dan posttest yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, yang tidak diberikan intervensi.
3. Teknik pijat laktasi yang dikombinasikan dengan suhu hangat dan dingin secara fisiologis terbukti efektif merangsang refleks oksitosin dan memperlancar sirkulasi darah pada area payudara, sehingga meningkatkan proses pengeluaran ASI.
4. Hasil ini mendukung bahwa intervensi non-farmakologis seperti pijat laktasi dapat menjadi strategi yang efektif dalam pelayanan kebidanan untuk mengatasi masalah produksi ASI.

B. Saran

1. Bagi Praktik Kebidanan

Intervensi pijat laktasi dengan metode hotpack dan icebag dapat diimplementasikan sebagai bagian dari pelayanan kesehatan ibu

menyusui, terutama pada masa postpartum awal, sebagai upaya meningkatkan produksi ASI secara alami dan aman.

2. Bagi Baby Spa dan Fasilitas Kesehatan:

Dianjurkan untuk menyediakan layanan pijat laktasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih dengan prosedur yang terstandar, guna mendukung keberhasilan menyusui dan meningkatkan kepuasan ibu dalam menerima layanan.

3. Bagi Ibu Menyusui

Pijat laktasi dapat menjadi alternatif pilihan untuk mengatasi keluhan produksi ASI yang kurang, terutama ketika ibu enggan atau belum ingin menggunakan intervensi farmakologis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih lama, dan pengukuran lanjutan terhadap durasi keberhasilan ASI eksklusif sebagai indikator jangka panjang efektivitas intervensi.

