

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pijat endorphin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Busungbiu I sehingga dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan metode pijat endorphin yaitu lebih sedikit dibandingkan dengan sesudah dilakukan pijat endorphin
2. Produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan metode pijat endorphin yaitu mengalami peningkatan dibandingkan dengan sebelum dilakukan pijat endorphin.
3. Adanya pengaruh pijat endorphin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Busungbiu I

#### **B. Saran**

Adapun saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kajian dalam proses pembelajaran dan mengembangkan asuhan kebidanan komplementer sehingga mampu membantu para ibu terutama ibu nifas dalam meningkatkan produksi ASInya.

2. Bagi institusi pelayanan kebidanan

Pijat endorphin dapat digunakan sebagai alternatif dan dipakai sebagai salah satu program inovasi dalam meningkatkan produksi ASI sehingga mampu meningkatkan berat badan bayi dengan ASI eksklusif

serta melancarkan produksi ASI yang nantinya *outputnya* adalah dapat membantu menurunkan angka *stunting* dan *wastin*

3. Bagi masyarakat dan responden

Bagi masyarakat dan ibu nifas diharapkan menambah pengetahuan orang tua manfaat pijat Endorphin yang secara efisien mampu meningkatkan produksi serta melancarkan keluarnya ASI sehingga dapat lebih bijak dalam mengambil informasi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dijadikan sebagai sumber data atau informasi bagi penelitian berikutnya yang berhubungan dengan pengaruh pijat Endorphin terhadap peningkatan produksi ASI dan dapat mengembangkan penelitian yang berkaitan tentang pijat Endorphin, serta pengendalian sampel lebih baik.

