

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan tingkat stres dan status gizi ibu terhadap pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan, dapat disimpulkan, yaitu :

1. Hampir setengah (48,3%) ibu menyusui yang memiliki anak berumur >6 bulan sampai 12 bulan di Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan dengan tingkat stres normal.
2. Sebagian besar (55%) ibu menyusui yang memiliki anak berumur >6 bulan sampai 12 bulan di Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan mempunyai status gizi normal.
3. Sebagian besar (55%) ibu menyusui yang memiliki anak berumur >6 bulan sampai 12 bulan di Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan tidak memberikan ASI eksklusif pada anak.
4. Terdapat hubungan antara tingkat stres ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan, nilai  $p = 0,000$ .
5. Terdapat hubungan antara status gizi ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Asam Kumbang Pesisir Selatan, nilai  $p = 0,027$ .

## **B. Saran**

### **1. Bagi Keluarga**

Diharapkan pada keluarga untuk memberikan dukungan pada ibu menyusui dan memberikan kenyamanan pada ibu serta ibu menjaga berat badan normal.

### **2. Bagi Puskesmas**

Diharapkan pada petugas kesehatan untuk melakukan manajemen stres pada ibu menyusui dan penimbangan berat badan ibu secara berkala, jika ibu yang mengalami kurus serta gemuk / obesitas harus segera ditindak lanjuti.

### **3. Bagi Peneliti**

Diharapkan peneliti selanjutnya bisa lebih mengembangkan penelitian ini dengan responden yang lebih banyak dan luas, mengembangkan variabel faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Dan untuk peneliti selanjutnya dalam tingkat stres dan status dengan pemberian ASI eksklusif dapat dikaji lebih dalam lagi.