

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih banyak jumlah Ibu bekerja di RSUD Prof.M.Yamin Kota Pariaman dengan tingkat pengetahuan yang tinggi mengenai menyusui eksklusif.
2. Lebih banyak ibu menunjukkan sikap positif terhadap menyusui eksklusif..
3. Lebih banyak Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga dalam menyusui eksklusif..
4. Lebih banyak Ibu yang mendapatkan dukungan dari tempat kerja (*organization support*) dalam menyusui eksklusif.
5. Lebih banyak Ibu yang mendapatkan dukungan dari atasan langsung (*managerial support*) dalam menyusui eksklusif.
6. Lebih banyak Ibu yang mendapatkan dukungan dari rekan kerja (*co-worker support*) dalam menyusui eksklusif.
7. Lebih banyak ibu yang menyatakan memiliki waktu yang cukup untuk menyusui atau memerah ASI selama bekerja.
8. Lebih banyak Ibu menyatakan bahwa dukungan lingkungan fisik untuk menyusui eksklusif sudah memadai.

9. Terdapat hubungan yang bermakna antara unit kerja, profesi dan pendidikan terakhir dengan keberhasilan menyusui eksklusif pada ibu bekerja di RSUD Prof. M. Yamin Kota Pariaman.
10. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan menyusui dan keberhasilan menyusui eksklusif pada ibu bekerja di RSUD Prof. M. Yamin Kota Pariaman.
11. Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap (*attitudes*) ibu terhadap menyusui dan keberhasilan menyusui eksklusif.
12. Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga (*family support*) dan keberhasilan menyusui eksklusif.
13. Terdapat hubungan yang sangat bermakna antara dukungan organisasi (*organizational support*) dan keberhasilan menyusui eksklusif.
14. Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan manajerial (*managerial support*) dan keberhasilan menyusui eksklusif.
15. Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan rekan kerja (*co-worker support*) dan keberhasilan menyusui eksklusif.
16. Terdapat hubungan yang bermakna antara ketersediaan waktu (*time availability*) dan keberhasilan menyusui eksklusif.
17. Terdapat hubungan yang bermakna antara lingkungan fisik (*physical environment*) di tempat kerja dan keberhasilan menyusui eksklusif.
18. Faktor yang paling berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui eksklusif adalah dukungan organisasi.

## 7.2 Saran

Hasil dan pembahasan penelitian ini dapat memberikan rekomendasi kepada beberapa pihak sebagai berikut:

1. Bagi RSUD Prof. M Yamin Kota Pariaman
  - a. Melatih tenaga kesehatan sebagai konselor laktasi internal, bekerja sama dengan konselor eksternal, menyisipkan edukasi menyusui dalam layanan antenatal atau kelas ibu hamil, menyediakan media edukasi, dan membentuk unit konseling laktasi jangka panjang untuk meningkatkan pengetahuan Ibu mengenai ASI dan menyusui mulai dari sejak kehamilan.
  - b. Membatasi promosi susu formula, serta memberikan konseling terkait *persepsi asi kurang* dan bahaya penggunaan susu formula tanpa indikasi medis untuk memperbaiki sikap permisif Ibu bekerja terhadap pemberian susu formula
  - c. Menyelenggarakan edukasi pasangan, menyediakan konseling psikologis dan kelompok dukungan, serta mempromosikan citra tubuh positif untuk mencegah kekhawatiran perubahan bentuk payudara selama menyusui.
  - d. Menyediakan penitipan anak sebagai bentuk dukungan menyeluruh untuk lebih memudahkan Ibu untuk menyusui
  - e. Menetapkan kebijakan tertulis agar semua lini manajemen dapat mendukung kegiatan menyusui, melakukan sosialisasi dan melatih manajer serta melakukan monitoring terhadap dukungan menyusui dalam organisasi. Memberikan penghargaan dan memberlakukan sanksi sebagai bentuk konkret komitmen mendukung menyusui di tempat kerja.

- f. Mengadakan sosialisasi, membentuk *kelompok dukungan*, dan menanamkan budaya kerja mendukung ASI agar pekerja tidak sungkan untuk membahas mengenai ASI dan menyusui di lingkungan kerja.
- g. Membuat kebijakan nyata mengenai fleksibilitas waktu istirahat untuk menyusui atau memerah, disosialisasikan ke seluruh lini agar bisa diterapkan dengan baik dan mengintegrasikan dukungan ke sistem SDM.
- h. Mengadakan fasilitas ruang laktasi yang sesuai standar termasuk memasang kunci agar privasi Ibu terjaga selama menyusui atau memerah ASI. Melakukan audit fasilitas dan fungsi ruang laktasi, serta memantau penggunaan ruang.
- i. Mengadakan pelatihan dan sosialisasi internal secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan semua pekerja di rumah sakit mengenai ASI dan menyusui untuk mendukung keberhasilan menyusui di semua unit kerja.
- j. Memberlakukan kebijakan dukungan menyusui secara adil dan merata pada semua Ibu menyusui di semua unit kerja serta melakukan evaluasi berkala agar kebijakan selalu dapat dijalankan.

## 2. Bagi Ibu Bekerja

- a. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan menyusui sejak masa hamil dengan mengikuti kelas antenatal atau konseling laktasi.
- b. Mengetahui hak-hak normatifnya sebagai pekerja yang menyusui sesuai dengan peraturan ketenagakerjaan dan peraturan kesehatan.

- c. Memanfaatkan fasilitas ruang laktasi dan berkomunikasi secara baik dengan atasan maupun rekan kerja mengenai kebutuhan menyusui dan pemerah ASI
  - d. Menyusun strategi manajemen waktu pemerah dan penyimpanan ASI agar tetap optimal meski memiliki keterbatasan jadwal kerja.
  - e. Melibatkan suami serta keluarga dalam proses menyusui untuk mengurangi tekanan psikologis, termasuk kekhawatiran terkait bentuk tubuh.
  - f. Membangun jejaring sosial dengan sesama ibu menyusui, baik di lingkungan kerja maupun komunitas, akan memperkuat semangat dan memberikan dukungan emosional..
3. Bagi Pemerintah
- a. Memperkuat pengawasan implementasi UU No. 4 Tahun 2024 tentang hak ibu menyusui di tempat kerja dengan sanksi bagi perusahaan yang melanggar.
  - b. Pemberian insentif atau penghargaan bagi organisasi, institusi atau perusahaan yang menyediakan fasilitas laktasi dan lingkungan kerja yang mendukung menyusui eksklusif.
  - c. Menerbitkan panduan teknis standar ruang laktasi (termasuk aspek privasi dan keamanan) serta mewajibkan penyediaan fasilitas penitipan anak di perusahaan, khususnya rumah sakit.
  - d. Membatasi promosi susu formula sesuai Kode WHO dan menggalakkan edukasi publik tentang pentingnya memberikan ASI.

- e. Melakukan kampanye dan edukasi berkelanjutan yang menyoar ibu, keluarga, pemberi kerja, dan masyarakat umum tentang pentingnya dukungan menyusui eksklusif bagi ibu bekerja.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Melakukan penelitian dengan desain *mix method* sehingga dapat memperoleh bukti kausal yang lebih kuat mengenai pengaruh berbagai faktor dan bentuk dukungan terhadap keberhasilan menyusui.
- b. Melakukan penelitian pada populasi ibu bekerja dari berbagai sektor, seperti swasta, informal, atau non-kesehatan, serta dari daerah dengan karakteristik sosial ekonomi yang berbeda, agar hasil lebih representatif secara nasional.
- c. Penambahan variabel seperti tingkat stres kerja, efikasi diri, kepercayaan terhadap kualitas ASI, dan persepsi terhadap norma sosial juga penting dilakukan, mengingat faktor psikososial memiliki pengaruh yang besar dalam keberlangsungan menyusui.

