

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Kota Padang, maka dapat disimpulkan:

1. Pengeluaran ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan *Endorphin Massage* menunjukkan bahwa sebagian besar ibu masih mengalami kelancaran pengeluaran ASI yang belum optimal dengan rata-rata skor pre test yang lebih rendah dibandingkan setelah intervensi.
2. Pengeluaran ASI pada ibu menyusui setelah dilakukan *Endorphin Massage* mengalami peningkatan, ditandai dengan meningkatnya rata-rata skor post test dibandingkan sebelum diberikan intervensi.
3. Terdapat perbedaan kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan setelah dilakukan *Endorphin Massage* pada ibu menyusui. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p*- value 0,001 ($p < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre test dan post test.
4. *Endorphin Massage* berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui. Pemberian *Endorphin Massage* terbukti dapat membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan serta pengetahuan peneliti mengenai penerapan *Endorphin Massage* pada ibu menyusui.

7.2.2 Bagi Ilmu Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan yang bermanfaat dalam meningkatkan kualitas pembelajaran serta dapat dijadikan referensi untuk pengembangan penelitian di masa yang akan datang.

7.2.3 Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat melaksanakan program edukasi *Endorphin Massage* pada ibu menyusui yang mengalami masalah pada pengeluaran dan kelancaran ASI.

7.2.4 Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi dan masukkan tentang pengaruh *Endorphin Massage* pada ibu menyusui.

