

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

1. Pengalaman ibu tentang IMD

Sebagian besar ibu merasa bahagia dan nyaman saat melakukan IMD, dengan dukungan keluarga, terutama suami, yang meningkatkan kepercayaan diri. Bayi umumnya menunjukkan perilaku alami saat IMD, meski sebagian masih memerlukan bantuan tenaga kesehatan. Durasi IMD sebagian besar berlangsung kurang dari satu jam, sehingga diperlukan pendampingan agar pelaksanaannya sesuai rekomendasi WHO.

2. Tantangan saat IMD

Tantangan IMD meliputi hambatan fisik, psikologis, dan kurangnya pengetahuan ibu, khususnya terkait kolostrum. Hambatan ini dapat diatasi melalui edukasi berkelanjutan, pendampingan tenaga kesehatan, dan dukungan keluarga.

3. Faktor penghambat IMD

Ketidaknyamanan fisik seperti nyeri, pegal, dan tegang menjadi tantangan utama saat IMD, serta produksi ASI yang belum optimal memicu kecemasan ibu. Hambatan ini dapat diatasi dengan edukasi posisi menyusui yang benar dan pendampingan tenaga kesehatan.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil dan Ibu Nifas:

Disarankan mengikuti edukasi persiapan persalinan terkait manfaat IMD, teknik pelekatan, dan posisi menyusui. Ibu juga perlu siap secara fisik dan mental, serta tetap melakukan kontak kulit ke kulit meskipun ASI belum keluar.

2. Bagi Keluarga:

Suami dan keluarga diharapkan memberi dukungan emosional dan menciptakan suasana nyaman selama IMD. Keluarga juga perlu dibekali informasi tentang pentingnya IMD dan ASI eksklusif.

3. Bagi Tenaga Kesehatan:

Tenaga kesehatan perlu memberikan pendampingan menyeluruh, terutama pada ibu pasca operasi, serta edukasi terkait teknik menyusui dan cara mengatasi hambatan IMD. Rumah sakit dan puskesmas sebaiknya menerapkan kebijakan yang mendukung pelaksanaan IMD sesuai standar WHO.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Disarankan meneliti dengan cakupan lebih luas, termasuk ibu pasca caesar, serta mengeksplorasi hubungan antara dukungan keluarga, durasi IMD, dan keberhasilan ASI eksklusif.