

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Perasaan saat pertama kali menyusui pada kelompok usia remaja yang paling dominan dirasakan oleh informan adalah perasaan positif seperti perasaan senang dan bahagia. Hal ini menunjukkan bahwa pada fase remaja akhir emosional dan psikologis ibu lebih stabil dan dapat lebih menerima keadaan dirinya dan orang lain.
2. Dasar keputusan menyusui pada kelompok usia remaja ini sebagian besar mengarah pada manfaat dan pentingnya ASI eksklusif, yakni informan memberikan ASI karena mempertimbangkan manfaat ASI sangat penting bagibayinya.
3. Hambatan menyusui yang dialami kelompok usia remaja meliputi, kurangnya pengetahuan tentang menyusui, kesulitan awal dalam praktik menyusui, dan pengalaman negatif saat menyusui. Hambatan yang banyak dialami yakni kesulitan awal dalam praktik menyusui.
4. Upaya yang dilakukan ibu remaja untuk mengatasi kesulitan antara lain, mencari informasi yang dibutuhkan, bertahan dalam menghadapi kesulitan, serta menyusui di tempat tertutup. Upaya yang telah dilakukan sangat efektif untuk ibu remaja melanjutkan menyusui secara eksklusif.
5. Dukungan menyusui yang dibutuhkan kelompok usia remaja antara lain:

- a. Dukungan informasi yang dibutuhkan ibu remaja lebih berfokus pada informasi terkait praktik awal menyusui, kesulitan kesulitan yang mungkin dialami selama proses menyusui serta cara mengatasinya
- b. Dukungan instrumental sebagian besar diberikan oleh bidan saat membantu ibu untuk memulai menyusui ketika masih berada di puskesmas
- c. Dukungan emosional sebagian besar berasal dari suami dan ibu dari remaja, dimana dukungan ini diberikan setelah ibu berada di rumah sebagai bentuk motivasi dan dorongan agar ibu dapat mempertahankan untuk terus menyusui
- d. Dukungan penghargaan ini sebagian besar diberikan oleh suami. Dukungan penilaian ini berkaitan erat dengan dukungan emosional.

## **B. Saran**

1. Bagi Masyarakat, diharapkan ibu usia remaja dapat membagikan pengalaman baik yang mereka alami saat menyusui kepada calon ibu usia remaja. Keluarga dan masyarakat diharapkan untuk memberikan dukungan penuh terhadap ibu usia remaja yang menyusui bayi.
2. Bagi Institusi, diharapkan penelitian ini membawa manfaat untuk mahasiswa/i Universitas Imelda Medan. Menjadi referensi penelitian selanjutnya. Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan memberikan intervensi kepada calon ibu usia remaja mengenai ASI eksklusif karena

dalam penelitian ibu usia remaja hanya sebanyak 90% yang memberikan dan memahami arti ASI eksklusif. Peneliti selanjutnya juga dapat memberikan intervensi mengenai perawatan pada payudara ibu menyusui agar dapat mengurangi pengalaman menyakitkan saat menyusui.

3. Bagi Peneliti, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan pengetahuan dalam melakukan kegiatan promosi kesehatan yang berhubungan dengan ASI eksklusif.

