

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap pengeluaran ASI di TPMB Bdn D dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengeluaran ASI sebelum intervensi hampir seluruh responden memiliki pengeluaran ASI kategori sangat rendah.
2. Pengeluaran ASI Setelah diberikan intervensi, tidak ada responden yang memiliki pengeluaran ASI kategori sangat rendah. Sebagian besar responden berada pada kategori rendah, sedangkan hampir Sebagian responden sudah mencapai kategori cukup, dan Sebagian kecil responden bahkan berada pada kategori tinggi.
3. Terdapat pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap Pengeluaran ASI.

#### **5.2 Saran**

##### **1. Bagi Tenaga Kesehatan**

Petugas kesehatan terutama bidan baik di praktik Bidan Mandiri ataupun di Rumah Sakit hendaknya dapat memberikan intervensi pijat oksitosin dan teknik marmet sebagai salah satu upaya untuk mencegah terjadinya keluhan pengeluaran ASI yang sedikit pada ibu postpartum, sehingga produksi ASI dapat berjalan lancar. Bidan juga dapat memberikan edukasi untuk meningkatkan dapat pengetahuan dan pengalaman ibu maupun keluarga tentang bagaimana cara melakukan pijat oksitosin dan teknik marmet serta memberikan bimbingan kepada keluarga untuk dapat melakukan pijat oksitosin sendiri kepada ibu. Sehingga produksi ASI ibu dapat tetap meningkat meskipun ibu sedang berada di rumah tanpa harus datang ke tempat pelayanan bidan, karena keluarga sudah dapat melakukan sendiri pijat oksitosin kepada ibu postpartum tersebut.

## 2. Bagi Responden

Diharapkan ibu postpartum yang telah mendapatkan intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet tetap melanjutkan praktik ini secara mandiri di rumah. Kombinasi kedua teknik ini terbukti mampu merangsang hormon oksitosin dan memperlancar pengeluaran ASI, terutama jika dilakukan secara konsisten setiap hari.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai metode non farmakologis ini yakni kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI dengan mengikut sertakan variabel lain dan dapat lebih fokus ibu primipara dan memperluas wilayah penelitian sehingga data yang di dapatkan bisa lebih banyak dan juga bisadapat menambah intervensi lain yang diberikan sehingga bisa dilihat lebih jelas perbedaan antara intervensi tersebut terhadap pengeluaran ASI.