

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik ibu yaitu : rataan usia ibu termasuk kedalam kategori dewasa awal sebesar 90 persen, rataan pendidikan ibu akademi/ perguruan tinggi, rataan pendapatan ibu setiap bulan Rp 3.353.333, dan rataan besar keluarga 4 orang.
2. Kategori gaya hidup ibu yaitu gaya hidup sedang sebesar 90 persen, dan 6,7 persen memiliki kategori gaya hidup kurang.
3. Kategori pemberian ASI sebagian besar ibu memberikan ASI Parsial sebesar 40% (ASI parsial adalah bayi sampai usia 6 bulan selain diberi ASI juga diberi MP-ASI).
4. Hubungan gaya hidup ibu dengan pemberian ASI berdasarkan hasil analisis korelasi rank Spearman terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup ibu dengan pemberian ASI dengan nilai ($p = 0.011$; $r = 0.460$) hal ini menunjukkan bahwa gaya hidup ibu memiliki hubungan yang sangat erat dalam pemberian ASI. Artinya semakin tinggi gaya hidup ibu maka pemberian ASI semakin rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disarankan sebagai berikut :

1. Petugas Kesehatan hendaknya memotivasi ibu untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayi sampai usia 6 bulan tanpa memberikan prelakteal (termasuk susu formula) serta meningkatkan pengetahuan dan meyakinkan ibu bahwa kebutuhan gizi bayi sudah dapat dipenuhi dari ASI eksklusif.

2. Selain kegiatan penimbangan bayi dan pemberian imunisasi kepada bayi di Posyandu sebaiknya di barengi dengan pemberian penyuluhan kepada ibu tentang gaya hidup ibu yang baik dalam pemberian ASI.
3. Ibu-ibu yang sedang menyusui diharapkan mempunyai gaya hidup yang baik selama memberikan ASI.

