

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Lebih dari separoh ibu nifas (52,8%) dengan frekuensi menyusui kurang dalam 24 jam sebelum (*pre test*) dilakukan teknik *hypnobreastfeeding* di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar Tahun 2024
2. Sebagian besar ibu nifas (75%) dengan frekuensi menyusui baik dalam 24 jam sesudah (*post test*) dilakukan teknik *hypnobreastfeeding* di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar Tahun 2024
3. Ada pengaruh penggunaan teknik *hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0,002 < 0,005$.

B. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Agar dapat meningkatkan pelayanan kesehatan bagi ibu dan bayi dengan memberikan pelayanan teknik *hypnobreastfeeding* pada ibu nifas, serta dapat dikembangkan menjadi bagian dari asuhan sayang ibu dan anak di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan acuan serta referensi bagi keputakaan STIKes Alifah Padang mengenai teknik *hypnobreastfeeding*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya disarankan penelitian ini dikembangkan dengan metode lain seperti studi longitudinal (pengamatan dalam jangka panjang), eksperimental, atau metode kualitatif, bisa memberikan wawasan yang lebih mendalam. Misalnya, metode eksperimen terkontrol secara acak (randomized controlled trial) dapat membantu memastikan pengaruh yang lebih kuat antara teknik *hypnobreastfeeding* dan produksi ASI sehingga penelitian selanjutnya lebih sempurna.

