

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berlandaskan hasil penelitian yang sudah dijalankan, maka bisa disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Nilai rata-rata volume ASI di sebelum diberikan intervensi daun bangun-bangun ialah sebesar 243,43 ml dan sesudah diberikan intervensi daun bangun-bangun adalah sebesar 361,25 ml; selisih kenaikan 117,81
- 2) Nilai rata-rata volume ASI sebelum diberikan intervensi daun singkong sebesar 208,81 ml dan nilai rata-rata volume ASI sesudah diberikan intervensi daun singkong sebesar 256,25 ml; selisih kenaikan 47,43
- 3) Ada pengaruh pemberian rebusan daun bangun-bangun terhadap produksi ASI dengan nilai P- value 0,000
- 4) Ada pengaruh pemberian rebusan daun singkong terhadap produksi ASI dengan nilai P- value 0,000
- 5) Terdapat perbedaan peningkatan volume ASI antara pemberian daun bangun-bangun dan daun singkong, dan pemberian daun bangun-bangun lebih efektif terhadap peningkatan volume ASI, dengan rata-rata peningkatan volume ASI 70,73

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Harapannya, hasil penelitian ini bisa menjadi acuan bagi mahasiswa/mahasiswi yang akan menjalankan penelitian terkait efektivitas daun

bangun-bangun dan daun singkong terhadap produksi ASI. Disarankan untuk menjalankan penelitian lanjutan dengan mempergunakan pendekatan metodologi yang berbeda dan meningkatkan jumlah responden guna memperoleh data yang lebih berkualitas.

5.2.2 Bagi Responden

Ibu menyusui disarankan untuk dapat mengkonsumsi daun bangun-bangun dan daun singkong untuk menambah volume ASI, dengan cara membawa sayur daun bangun-bangun atau sayur daun singkong kedalam menu makanan setiap hari bekerja. Serta bagi masyarakat yang memiliki tanah yang belum dimanfaatkan dan dapat dipergunakan untuk menanam tanaman obat keluarga (TOGA), disarankan untuk menanam daun bangun-bangun dan daun singkong di halaman rumah, sehingga kapan pun dibutuhkan, mereka memiliki alternatif pengobatan yang tersedia.

5.2.3 Bagi Lahan Praktek

Diharapkan dapat mensosialisasikan manfaat yang ada dalam daun bangun-bangun dan daun singkong dan lebih lanjut untuk menggunakan daun bangun-bangun dan daun singkong untuk ASI.