

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Pijat Oksitosin dapat mempercepat pengeluaran ASI dengan cara memijat area di sekitar punggung yang bertujuan untuk merangsang keluarnya ASI. Pada kedua subjek penelitian terbukti bahwa Pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI, terdapat peningkatan sebesar 70 ml pada subjek 1 dan 45 ml pada subjek 2.
2. Terapi relaksasi dapat memberikan efek rileks pada ibu primipara, yang dapat menenangkan melalui proses penghirupan dan mengaktifkan saraf penciuman dan bereaksi terhadap hipotalamus. Terapi relaksasi dapat memberikan efek rileks pada ibu primipara, terbukti pada kedua subjek penelitian terdapat peningkatan ASI sebesar 60 ml pada subjek 1 dan 50 ml pada subjek 2.
3. Pijat Oksitosin dengan Terapi Relaksasi Aromaterapi secara bersamaan mengakibatkan tubuh menjadi rileks, memperbaiki sistem peredaran darah, dan sistem hormonal. Kombinasi keduanya terbukti paling efektif terhadap peningkatan kadar hormon prolaktin sehingga produksi ASI meningkat. dengan hasil bertambahnya produksi ASI sebesar 170 ml pada subjek 1 dan 80 ml pada subjek 2.

5.2 Saran

1. Bagi subjek penelitian, hendaknya lebih banyak mencari tahu faktor apa yang membuat produksi ASI sedikit dan faktor yang membuat produksi ASI lancar

2. Bagi keluarga hendaknya dapat meluangkan waktu lebih banyak untuk membantu ibu primipara
3. Bagi posyandu hendaknya melakukan edukasi kesehatan tentang pengaruh pijat oksitosin dan terapi relaksasi aromaterapi, karena keluarga dan ibu menyusui belum mengetahui langkah-langkah pijat oksitosin dan terapi relaksasi aromaterapi.
5. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dilingkup yang lebih luas agar dapat mengetahui lebih banyak positif dan negatif kombinasi pijat oksitosin dan terapi relaksasi aromaterapi.