

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan dari studi kasus penerapan teknik pijat endorpin adalah terjadi peningkatan status menyusui dari menurun menjadi meningkat pada ibu post partum selama 3 hari diperoleh nilai skor observasi kelancaran ASI menunjukkan peningkatan skor dari 2 menjadi 10, dimana pada hari pertama dari payudara tidak tegang menjadi tegang karena terisi ASI, let down refleks tidak baik menjadi let down refleks baik, frekuensi menyusui < 8 kali sehari menjadi frekuensi menyusui > 8 kali sehari, ibu tidak menggunakan kedua payudara bergantian menjadi ibu menggunakan kedua payudara secara bergantian, posisi perletakan tidak benar menjadi posisi perletakan benar, ibu jarang menyusui bayi menjadi ibu menyusui bayi tanpa jadwal, ibu terlihat tidak memerah payudara menjadi ibu terlihat memerah payudara karena payudara penuh, serta payudara ibu menjadi terlihat memerah payudara karena payudara penuh, serta payudara kosong sebelum setelah bayi menyusu sampai kenyang dan tertidur.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Penulis

Diharapkan pada studi kasus ini akan menambah wawasan dan pengalaman tentang cara menerapkan teknik pijat endorpin untuk meningkatkan status menyusui ibu post partum, serta menjadi acuan saat melakukan studi kasus berikutnya.



## 2. Bagi Ibu Post Partum & Keluarga

Diharapkan pada studi kasus ini akan meningkatkan wawasan ibu post partum beserta suami, dan keluarganya tentang cara menerapkan teknik pijat endorphin untuk meningkatkan status menyusui ibu post partum.

## 3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penulis juga berharap tentang kesehatan dapat bekerjasama dengan suami & keluarga ibu yang baru melahirkan untuk mengajarkan cara menerapkan teknik pijat endorphin yang dapat diterapkan oleh keluarga dari rumah sakit.

