

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai asupan vitamin B12 ibu menyusui dengan konsumsi ASI bayi 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Mojolangu Kota Malang, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Asupan vitamin B12 ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolangu Kota Malang, diukur menggunakan kuesioner food recall 1 X 24 jam. Data yang didapatkan sebagian besar ibu menyusui sebanyak 42 responden (68,9%) dengan asupan vitamin B12 dapat terpenuhi dan 19 (31,1%) responden tidak dapat terpenuhi.
2. Konsumsi asi bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolangu Kota Malang, diukur menggunakan kuesioner konsumsi ASI/hari. Bayi usia 1-5 bulan sebanyak 60 responden (98,4 %) dapat memenuhi kecukupan ASI dalam sehari, dan bayi usia 6 bulan sebanyak 1 responden (1,6) dapat memenuhi kecukupan ASI dalam sehari. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa produksi ASI pada ibu menyusui dari semua responden dapat tercukupi.
3. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa $R^2 = 80,3\%$ konsumsi ASI bayi 0-6 bulan itu dipengaruhi oleh asupan vitamin B12 ibu menyusui. Selain dipengaruhi oleh asupan vitamin B12 ibu menyusui terdapat faktor lain yang mempengaruhi hubungan asupan vitamin B12 dengan konsumsi ASI bayi yaitu

dilihat dari kondisi fisik seperti usia, paritas, asupan nutrisi yang berpengaruh dalam produksi ASI seperti vitamin A, B1 dan B9.

5.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi sasaran untuk menambah pengetahuan tentang faktor yang memiliki hubungan dalam meningkatkan produksi ASI yaitu asupan vitamin B12, dan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi mengenai pada mata pembelajaran perkuliahan.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman bagi peneliti, dalam hal menerapkan ilmu penelitian mengenai hubungan asupan vitamin B12 pada ibu menyusui dengan konsumsi ASI Usia 0-6 Bulan.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai edukasi faktor makanan yang mengandung vitamin B12 dapat meningkatkan produksi ASI sehingga dapat meningkatkan pemberian ASI kepada bayinya. Dari penelitian ini diharapkan pemberian ASI secara eksklusif diberikan hingga usia 6 bulan. ASI eksklusif memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi pada usia 0-6 bulan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, beberapa saran untuk peneliti selanjutnya yaitu melakukan penelitian lanjutan untuk mempertimbangkan faktor-faktor seperti pola makan ibu dengan menggunakan kuesioner FFQ/ SQ-FFQ.

Melakukan penelitian dengan desain yang lebih mendalam dan jangka waktu yang lebih panjang yaitu dengan melakukan studi prospektif atau longitudinal untuk melihat perkembangan konsumsi ASI dan asupan vitamin B12 pada ibu menyusui serta dampaknya pada pertumbuhan dan perkembangan bayi.