

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 82 ibu balita dengan usia 6-24 bulan di desa Wanayasa kecamatan Wanayasa kabupaten Banjarnegara yang memenuhi kriteria penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini yaitu ibu termasuk kelompok dewasa awal dengan nilai tengah 28 tahun dan rentan usia 17 tahun hingga 45 tahun. Mayoritas responden berpendidikan terakhir SMP/MTS dan seorang ibu rumah tangga dengan penghasilan keluarga <UMR kabupaten Banjarnegara (2.170.475,32). Status paritas ibu sebagian besar multipara Selain itu, karakteristik usia balita berada pada rentang 6-24 bulan dengan nilai tengah 15 bulan.
2. Gambaran dukungan keluarga dalam penelitian ini yaitu 45 (54,9%) responden atau melebihi setengah dari total keseluruhan responden mendapat dukungan yang rendah dalam pemberian MPASI. Mayoritas responden yang berada pada kategori dukungan keluarga rendah terletak pada tingginya presentase aspek penilaian dan instrumental atau rendahnya dukungan pada kedua aspek tersebut.
3. Tingkat stres yang dialami ibu dalam pemberian MPASI sebagian besar dalam kategori tingkat stres berat yaitu 38 responden (46,3%).
4. Hasil penelitian didapatkan terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap tingkat stres ibu dalam pemberian MPASI dengan arah korelasi negatif dan kekuatan hubungan masuk ke dalam kategori lemah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan kepada beberapa pihak adalah sebagai berikut :

1. Bagi Ibu

Ibu balita dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai informasi mengenai pentingnya memperhatikan MPASI yang akan diberikan kepada

anak sehingga kebutuhan nutrisi terpenuhi dan mencegah risiko terjadinya *stunting*. Selain itu, ibu dapat mengikuti *support group* atau komunitas ibu yang membahas terkait MPASI sehingga dapat berbagi pengalaman dan memperoleh informasi tambahan untuk meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam pemberian MPASI yang lebih maksimal.

2. Bagi Keluarga

Keluarga disarankan untuk meningkatkan kepedulian dengan lebih terlibat dalam proses pemberian MPASI seperti mendukung ibu secara emosional dengan mendampingi, bertanya mengenai kesulitan, membantu memberikan MPASI dengan menuapi sambil mengajak bermain dan menjadi tempat yang nyaman untuk berkeluh kesah ketika mengalami hambatan dalam proses pemenuhan nutrisi balita melalui MPASI. Dukungan emosional diharapkan dapat menurunkan stres ibu dan mengoptimalkan pemberian MPASI pada anak.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan dalam pengembangan materi keperawatan anak, khususnya terkait pentingnya dukungan keluarga dalam mengurangi stres ibu selama pemberian MPASI. Penelitian ini juga dapat diintegrasikan ke dalam konsep *family centered care* dalam pembelajaran akademik maupun praktik klinik, sehingga mahasiswa memahami hubungan antara dukungan keluarga, kondisi psikologis ibu, dan keberhasilan pemberian MPASI serta mampu menerapkannya dalam pelayanan keperawatan.

4. Bagi Tenaga kesehatan

Para tenaga kesehatan memberikan edukasi atau konseling secara rutin terhadap ibu dan keluarga untuk menguatkan dukungan dalam memberikan MPASI yang baik sesuai rekomendasi. Tenaga kesehatan dapat menekankan kepada keluarga untuk menjaga psikologis dan meminimalisir stres pada ibu dalam proses pemberian MPSAI agar risiko malnutrisi atau kejadian *stunting* dapat dicegah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memperluas variabel yang diteliti seperti dukungan tenaga kesehatan dan penyakit fisik ibu. Selain itu, lokasi penelitian bisa ditambah ke daerah perkotaan untuk membandingkan seberapa besar pengaruhnya terhadap tingkat stres ibu dengan adanya perbedaan karakteristik. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian longitudinal (kohort) untuk mengukur tingkat stres ibu secara berkelanjutan dan representatif agar mewakili kondisi secara jangka panjang.

