

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada ibu postpartum remaja di Kabupaten Bandung, dapat disimpulkan bahwa secara umum *Self-efficacy* ibu remaja berada dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan diri yang baik dalam menjalankan perannya sebagai ibu selama masa nifas. Ibu remaja menunjukkan kemampuan yang positif dalam merawat bayi, menyusui, dan merawat diri sendiri, meskipun mereka sedang dalam fase usia yang sedang berubah dan penuh tantangan.

Self-efficacy dalam perawatan bayi terlihat dari kemampuan ibu dalam mengenali kebutuhan dasar bayi dan memberikan perawatan yang sesuai. Sementara itu, *Self-efficacy* dalam menyusui juga tergolong tinggi, yang mencerminkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya, meskipun sebagian kecil masih menunjukkan hambatan akibat keterbatasan pengalaman dan rasa tidak nyaman. *Self-efficacy* dalam perawatan diri bahkan menunjukkan hasil yang sangat baik, di mana seluruh responden memiliki keyakinan yang tinggi dalam menjaga kebersihan dan kesehatan pribadi selama masa nifas.

Tingginya *Self-efficacy* ibu remaja ini tidak lepas dari pengaruh karakteristik responden yang sebagian besar berada pada usia remaja akhir dan memiliki pendidikan tingkat SMA, sehingga lebih mudah menerima informasi dan edukasi. Selain itu, dukungan dari keluarga, tenaga kesehatan, serta kemudahan akses terhadap informasi melalui media sosial turut memperkuat rasa percaya diri ibu dalam menjalankan peran keibuannya. Temuan ini memberikan gambaran bahwa dengan pendekatan edukatif dan

dukungan yang tepat, ibu remaja mampu menjalani masa postpartum secara mandiri dan efektif.

B.Saran

1. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data awal oleh pihak puskesmas untuk menyusun program edukasi atau promosi kesehatan yang lebih terarah mengenai perawatan bayi, menyusui, dan perawatan diri pada ibu postpartum remaja. Disarankan agar puskesmas meningkatkan kegiatan penyuluhan serta konseling yang melibatkan keluarga agar dukungan sosial terhadap ibu remaja dapat lebih optimal.

2. Bagi Perawat

Disarankan agar perawat memberikan pendekatan yang lebih komunikatif dan empatik dalam memberikan edukasi kepada ibu remaja tentang perawatan postpartum. Pelatihan khusus tentang peningkatan *Self-efficacy* bagi perawat juga dapat menjadi strategi yang efektif untuk membantu ibu remaja dalam menjalani peran keibuannya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih mendalam, misalnya dengan metode kualitatif untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi *Self-efficacy* ibu postpartum remaja secara lebih komprehensif. Selain itu, disarankan juga untuk meneliti intervensi yang dapat secara langsung meningkatkan *Self-efficacy*, seperti penggunaan media sosial, kelompok dukungan sebaya, atau program berbasis komunitas