

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti selama ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar kualitas asupan nutrisi ibu hamil adalah sedang yaitu sebanyak 29 orang dengan persentase sebesar 51,8%.
2. Sebagian besar ibu hamil trimester I mengalami anemia ringan yaitu sebanyak 23 orang dengan persentase sebesar 41,1%.
3. Ada hubungan antara kualitas asupan nutrisi pada ibu hamil trimester I dengan kejadian anemia, dimana diperoleh nilai τ sebesar 0,687 dengan nilai z hitung $> z$ tabel ($7,63 > 1,96$) dengan nilai p sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara kualitas asupan nutrisi pada ibu hamil trimester I dengan kejadian anemia di Puskesmas Blora.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil disarankan untuk meningkatkan asupan nutrisi selama kehamilan dengan memperhatikan kandungan gizi makanan dan pola makan sehari-hari agar janin sehat dan ibu terhindar dari anemia selama kehamilan.

2. Bagi Puskesmas

Meningkatkan sosialisasi pada ibu hamil untuk memperhatikan kandungan gizi dan pola makan selama hamil dengan memberikan konseling secara langsung saat ibu hamil datang ke Puskesmas.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Diharapkan bagi institusi pendidikan dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi akademik.

4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan menambah variabel lain misalnya pengetahuan, sikap, pendapatan serta kepatuhan ibu dalam mengonsumsi Fe.

