

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan status gizi dan kadar vitamin C dengan kadar Hb pada ibu hamil anemia, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rerata status gizi (LILA) yaitu $23,68 \pm 1,810$ cm.
2. Rerata kadar vitamin C yaitu $21,13 \pm 12,502$ ng/mL.
3. Rerata kadar Hb yaitu $9,85 \pm 0,865$ gr/dL.
4. Terdapat hubungan status gizi dengan kadar Hb pada ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.
5. Tidak terdapat hubungan kadar vitamin C dengan kadar Hb pada ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

7.2 Saran

1. Bagi tenaga kesehatan diharapkan mampu memberikan informasi dan konseling kepada calon ibu hamil atau calon pengantin terkait dampak dari anemia pada kehamilan dan bagaimana pemenuhan gizi serta meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dalam kehamilan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan bagaimana mengatur menu makanan yang seimbang dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti mengonsumsi tablet Fe selama hamil sebanyak 90 tablet serta memenuhi kebutuhan protein yang harus tercukupi. Sehingga calon ibu sudah mempersiapkan gizi untuk

kehamilannya, hal ini berguna untuk menekan kejadian KEK serta anemia pada ibu hamil.

2. Bagi ibu hamil perlu dilakukan edukasi penyuluhan dan mengaktifkan kelas ibu hamil yang tepat dan efisien mengenai cara meningkatkan kebutuhan gizi serta pentingnya memperhatikan asupan gizi selama kehamilan terutama karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral serta mengkonsumsi menu makanan yang berkualitas, tinggi kalsium dan bergizi tinggi. Serta ibu hamil lebih aktif dalam mencari informasi dan penyuluhan seputar kehamilan salah satunya informasi tentang anemia yang terjadi pada kehamilan dengan menanyakan langsung kepada petugas kesehatan. Selain itu, diharapkan pula agar ibu hamil secara rutin memeriksa ANC yang rutin di pelayanan kesehatan dan mengonsumsi tablet Fe.
3. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel lain seperti zat gizi makronutrien atau zat gizi mikronutrien lainnya yang berhubungan dengan anemia yang tidak diteliti pada penelitian ini.

