

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

- 7.1.1 Rerata nilai ferritin, asupan protein, zink, dan vitamin A pada ibu hamil trimester III adalah 16,267 µg/L, 92,56 gr, 7,35 mg, dan 824,98 µgRE.
- 7.1.2 Terdapat korelasi positif kuat antara asupan protein dengan kadar ferritin pada ibu hamil trimester III.
- 7.1.3 Terdapat korelasi positif sedang antara asupan zink dengan kadar ferritin pada ibu hamil trimester III.
- 7.1.4 Terdapat korelasi positif sedang antara asupan vitamin A dengan kadar ferritin pada ibu hamil trimester III.
- 7.1.5 Faktor paling berkorelasi dengan kadar ferritin pada ibu hamil trimester III adalah asupan protein dan berkontribusi sebesar 53,5% pada kadar ferritin ibu hamil trimester III.

7.2 Saran

- 7.2.1 Ibu hamil perlu memperhatikan dan memenuhi asupan protein, zink, dan vitamin A. Ibu hamil dapat mengonsumsi ikan, daging, telur, tahu, tempe, makanan laut, buah-buahan, dan sayuran berwarna.
- 7.2.2 Ibu hamil memeriksakan kehamilan ke Puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya dan mengikuti pemeriksaan laboratorium seperti pemeriksaan hb minimal dua kali yakni satu kali di trimester I dan satu kali di trimester III.
- 7.2.3 Perlu dilakukan edukasi berupa penyuluhan gizi mengenai jenis dan peran zat gizi sebagai upaya pencegahan kasus defisiensi besi dan anemia pada ibu hamil.

