

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di dapatkan kesimpulan :

1. Rerata asupan protein dan zink lebih rendah dari anjuran gizi seimbang yaitu $5,40 \pm 14,612$ g/hari dan $2,6 \pm 0,32544$ mg/hari. Sedangkan rerata kadar albumin dalam batas normal $3,8 \pm 0,604$ g/dl.
2. Terdapat hubungan antara asupan protein dengan kadar albumin serum pada ibu hamil KEK trimester I di Kota Padang.
3. Terdapat hubungan antara asupan zink dengan kadar albumin serum pada ibu hamil KEK trimester I di Kota Padang.

7.2 Saran

1. Bagi ibu prakonsepsi perlu meningkatkan pengetahuan gizi seimbang melalui kegiatan penyuluhan kesehatan tentang bagaimana mengatur menu makanan yang seimbang sehingga selama kehamilan kebutuhan protein dan zink tercukupi dan bisa menekan kejadian KEK pada ibu hamil.
2. Bagi ibu hamil perlu di tekankan lagi untuk meningkatkan kebutuhan gizi selama kehamilan dengan mengkonsumsi menu makanan yang berkualitas dan bergizi tinggi.
3. Bagi ibu hamil yang terdeteksi secara dini beresiko mengalami KEK dengan LILA $< 23,5$ cm sebaiknya dilakukan pemeriksaan kadar albumin untuk memastikan apakah ibu hamil tersebut terdiagnosa mengalami KEK.

4. Bagi peneliti selanjutnya jika melakukan penelitian tentang KEK dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan kadar albumin dan tidak hanya dengan pemeriksaan LILA saja untuk menegakkan diagnosis KEK.

