

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan :

1. Rerata asupan zat besi, kadar ferritin serum maternal, tali pusat dan luaran kehamilan yaitu berada dalam batas normal.
2. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan kadar ferritin serum maternal berkorelasi sangat kuat secara signifikan
3. Tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan kadar ferritin serum tali pusat berkorelasi lemah secara signifikan
4. Tidak ada hubungan antara asupan zat besi dengan luaran kehamilan berkorelasi sedang dan lemah secara signifikan

#### **7.2 Saran**

1. Diharapkan kepada ibu hamil agar lebih memperhatikan konsumsi sehari-hari dan memakan makanan yang beragam seperti konsumsi daging, ikan, sayuran dan dilengkapi dengan buah-buahan untuk mencukupi zat gizi yang dibutuhkan selama kehamilan.
2. Diharapkan kepada petugas kesehatan agar memberikan penyuluhan tentang pentingnya asupan zat besi pada ibu hamil dan dampak defisiensi zat besi sehingga ibu hamil sadar akan pentingnya asupan zat besi selama kehamilan

3. Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi absorpsi zat besi serta faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin.

