

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang berhubungan dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsumsi serat ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 terendah adalah 11,2 gram dan tertinggi adalah 18,3 gram.
2. Konsumsi air ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 terendah adalah 1101,3 ml dan tertinggi adalah 1704,5 ml.
3. Konsumsi tablet Fe ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 adalah sebanyak 39 orang ibu hamil dengan status konsumsi tablet Fe jarang dan sebanyak 83 orang ibu hamil dengan status konsumsi tablet Fe teratur.
4. Aktivitas fisik ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 yang tergolong rendah ada sebanyak 66 orang dan yang tergolong tinggi ada sebanyak 56 orang.
5. Terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi serat antara ibu hamil kelompok kontrol dan kelompok kasus di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,028$ .
6. Terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi air antara ibu hamil kelompok kontrol dan kelompok kasus di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,002$ .

7. Terdapat hubungan antara status konsumsi tablet Fe ibu hamil dengan kejadian konstipasi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,007$ .
8. Terdapat hubungan antara status aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,018$ .
9. Konsumsi tablet Fe adalah variabel yang paling berpengaruh terhadap kejadian konstipasi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2017.

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2017, peneliti menyarankan hal sebagai berikut:

- a. Bagi petugas Puskesmas Lubuk Buaya
  1. Agar meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi tablet Fe pada ibu hamil harus diiringi dengan tingginya konsumsi serat dan air serta aktivitas fisik yang cukup, untuk dapat menurunkan terjadinya risiko kejadian konstipasi.
  2. Agar meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi serat pada ibu hamil, karena ibu hamil yang konsumsi seratnya rendah akan meningkatkan risiko kejadian konstipasi
  3. Agar meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi air yang cukup pada ibu hamil, karena ibu hamil yang konsumsi airnya rendah akan meningkatkan risiko kejadian konstipasi.

4. Agar meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya aktivitas fisik yang cukup pada ibu hamil, karena ibu hamil yang aktivitas fisiknya rendah akan meningkatkan risiko kejadian konstipasi.
- b. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti variabel lain yang berhubungan dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil serta melakukan penelitian lebih mendalam agar dapat menyempurnakan penelitian ini.

