

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

7.1.1 Asupan zink dan kalsium pada ibu menyusui di dataran rendah ditemukan lebih tinggi pada ibu menyusui yang berada di dataran rendah.

7.1.2 Terdapat hubungan topografi wilayah terhadap kadar zink pada ibu menyusui dimana, kadar zink pada ASI ibu menyusui lebih tinggi pada ibu yang tinggal di dataran rendah dibandingkan di dataran tinggi.

7.1.3 Terdapat hubungan topografi wilayah terhadap kadar kalsium pada ibu menyusui dimana, kadar kalsium pada ASI ibu menyusui lebih tinggi pada ibu yang tinggal di dataran rendah dibandingkan di dataran tinggi.

7.2 Saran

7.2.1 Ilmiah

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang asupan zat makanan dan faktor lain yang berpengaruh terhadap kadar ASI.

7.2.2 Praktis

Pada daerah dataran tinggi, Dinas kesehatan setempat perlu meningkatkan pendidikan kesehatan khususnya promosi gizi untuk meningkatkan konsumsi kalsium dan zink.

Pada daerah dataran rendah ibu disarankan memperhatikan dan mengusahakan asupan makanan agar berada pada rentang yang normal karena turut berpengaruh pada produksi ASI.