

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap ibu hamil yang melahirkan di wilayah kerja Puskesmas Andalas diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

7.1.1 Kadar 25(OH)D serum ibu hamil trimester III sebagian besar tergolong pada kategori defisiensi.

7.1.2 Rerata berat badan lahir, median panjang badan lahir, dan median lingkar kepala lahir bayi berada pada kategori normal.

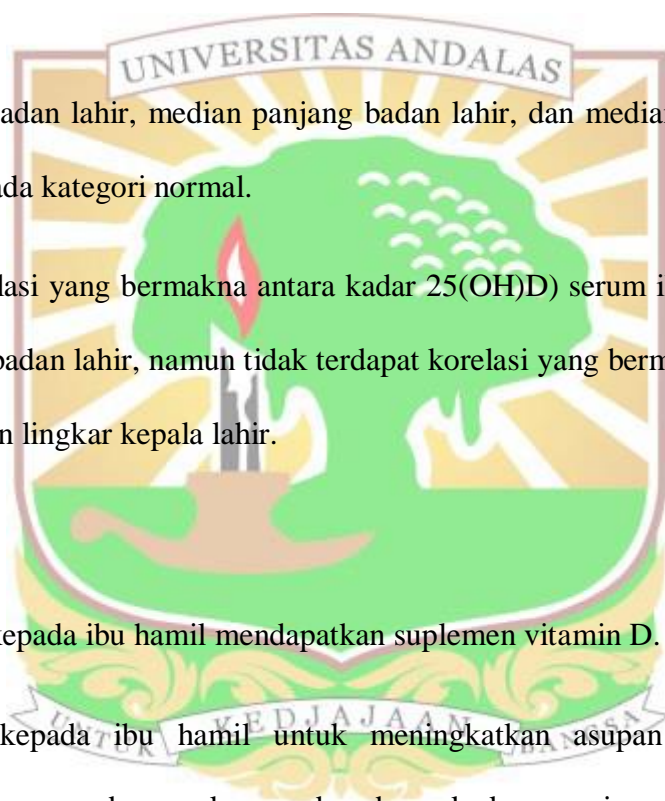
7.1.3 Terdapat korelasi yang bermakna antara kadar 25(OH)D serum ibu hamil trimester III dengan berat badan lahir, namun tidak terdapat korelasi yang bermakna dengan panjang badan lahir dan lingkar kepala lahir.

7.2 Saran

7.2.1 Diharapkan kepada ibu hamil mendapatkan suplemen vitamin D.

7.2.2 Diharapkan kepada ibu hamil untuk meningkatkan asupan vitamin D dengan memperhatikan sumber makanan dan banyak konsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin D seperti ikan, udang, kuning telur, daging, jamur, sarden. Hal ini diperlukan bagi ibu hamil karena berhubungan dengan kadar 25(OH)D serum.

7.2.3 Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk melakukan pemeriksaan kalsium dan Bone Mineral Density (BMD) pada subjek penelitian agar interpretasi defisiensi vitamin D bisa lebih luas.



7.2.4 Diharapkan kepada ibu hamil untuk melakukan pemantauan kadar 25(OH)D serum pada masa kehamilan serta rajin berjemur sekitar 7-25 menit mulai pukul 07.00 pagi sampai dengan pukul 15.00 sore, minimal dua kali seminggu dengan paparan sinar matahari terhadap wajah, lengan dan kaki tanpa tabir surya dengan menggunakan jenis pakaian seperti baju tanpa lengan biasanya menghasilkan sintesis vitamin yang cukup karena paparan sinar matahari merupakan sumber vitamin D bagi manusia serta luas permukaan kulit yang terpapar sinar matahari sangat mempengaruhi kadar 25(OH)D serum.

