

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai hubungan asupan nutrisi ibu saat hamil *aterm* dengan berat badan lahir bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang Tahun 2025, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Sebagian besar responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang tidak mengalami BBLR. Dari 9 responden ibu dengan asupan karbohidrat, protein dan lemak yang tidak terpenuhi, 5 diantaranya melahirkan bayi dengan kondisi BBLR dan 4 diantaranya dengan kondisi berat badan lahir normal (BBLN).
- 2) Lebih dari separuh responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang merupakan ibu hamil dengan asupan makronutrien terpenuhi.
- 3) Lebih dari separuh responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang merupakan ibu hamil dengan asupan mikronutrien yang terpenuhi.
- 4) Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan makronutrien dengan berat badan lahir bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang.
- 5) Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan mikronutrien dengan berat badan lahir bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil yang telah disampaikan terdapat beberapa saran terkait penelitian ini, diantaranya:

- 1) Bagi Peneliti selanjutnya
Penambahan jumlah sampel perlu dipertimbangkan dalam penelitian selanjutnya supaya data yang diperoleh lebih beragam. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggunakan lebih banyak sumber data yang relevan dengan topik penelitian. Selain itu, sebaiknya peneliti memantau asupan makanan ibu sejak trimester pertama melalui *food recall* guna memperoleh hasil yang lebih akurat.

2) Bagi Responden

Responden diharapkan dapat mengkonsumsi makanan yang seimbang selama kehamilan, baik asupan gizi makronutrien maupun mikronutrien, dan melakukan kontrol kehamilan (ANC) secara rutin dengan tenaga kesehatan untuk memantau perkembangan janin serta kondisi kesehatan ibu.

3) Bagi Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pembelajaran, serta memperkaya *literature review* yang dapat dikembangkan lebih lanjut, khususnya terkait pentingnya asupan makronutrien dan mikronutrien pada ibu hamil dan pasca salin sebagai langkah preventif terhadap risiko BBLR.

4) Bagi Klinis

Diperlukan peningkatan KIE terkait asupan makanan makronutrien dan mikronutrien sejak awal kehamilan pada ibu. Selain itu, peran tenaga kesehatan, khususnya bidan, sangat penting dalam memperkuat promosi kesehatan terkait asupan gizi makronutrien dan mikronutrien yang dibutuhkan oleh ibu hamil dan disesuaikan dengan kebutuhan pada setiap usia kehamilan.

5) Bagi Masyarakat

Agar dapat memperhatikan asupan yang dikonsumsi tidak hanya terpaku pada pemenuhan zat gizi makronutrien seperti karbohidrat, protein, serat, dan lemak saja, tetapi juga menyadari pentingnya mencukupi kebutuhan zat gizi mikronutrien seperti vitamin dan mineral yang sering diabaikan namun memiliki peran yang signifikan dalam upaya pencegahan risiko BBLR.