BAB 7

KESIMPULAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan tentang Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi Makanan Tambahan dengan Kenaikan Berat Badan selama kehamilan Pada Ibu Nifas dengan Riwayat Kekurangan Energi Kronik dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata kenaikan berat badan ibu nifas selama kehamilannya setelah mengonsumsi makanan tambahan adalah sebesar 4,05 kg.
2. Tingkat kepatuhan ibu nifas dalam mengonsumsi makanan tambahan sewaktu hamil menunjukkan bahwa sebagian besar responden (45,5% atau 20 orang) dikategorikan kurang patuh, diikuti oleh 38,6% (17 orang) yang patuh, dan 15,9% (7 orang) yang tidak patuh.
3. Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat kepatuhan mengonsumsi makanan tambahan dengan kenaikan berat badan selama kehamilan pada ibu nifas dengan riwayat KEK di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan (p=0.003).

7.2 Saran

Saran yang dapat disampaikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

7.2.1 Bagi Responden

Diharapkan para ibu hamil dapat meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi makanan tambahan, karena hal tersebut berperan penting dalam meningkatkan status kesehatan ibu hamil dan mendukung perkembangan janin yang optimal.

7.2.2 Bagi Petugas Kesehatan

Untuk meningkatkan efektivitas program PMT bagi ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan, disarankan untuk memfokuskan intervensi pada peningkatan kepatuhan konsumsi, terutama dalam mengatasi

tantangan terkait durasi konsumsi, motivasi ibu, dan pencegahan berbagi MT. Beberapa langkah konkret yang dapat dilakukan antara lain:

1. Memastikan Penyelesaian Durasi Konsumsi MT:
    a. Memberikan edukasi yang mendalam dan berulang mengenai pentingnya menyelesaikan seluruh periode konsumsi MT sesuai anjuran untuk mencapai pemulihan status gizi ibu dan mendukung perkembangan janin secara optimal.
    b. Melakukan pemantauan aktif tidak hanya pada distribusi awal tetapi juga pada keberlanjutan konsumsi MT oleh ibu hamil selama periode yang ditetapkan, misalnya melalui kunjungan rumah atau konfirmasi saat pemeriksaan ANC.
    c. Memberikan motivasi dan dukungan berkelanjutan kepada ibu hamil, misalnya dengan menunjukkan grafik sederhana kenaikan berat badan (jika memungkinkan dan positif) untuk memperkuat komitmen menyelesaikan program MT.
2. Mengatasi Hambatan Motivasi dan Penerimaan MT:
    a. Meningkatkan kualitas konseling gizi dengan fokus pada penguatan motivasi intrinsik ibu, menekankan manfaat langsung MT bagi kesehatan diri dan bayinya.
    b. Menggali secara individual alasan penolakan atau kurangnya minat terhadap MT (misalnya rasa, tekstur, kebosanan, miskonsepsi) dan memberikan solusi praktis
    c. Memanfaatkan kelompok dukungan sebaya (kelas ibu hamil) sebagai wadah berbagi pengalaman positif, tips konsumsi MT, dan saling memberikan semangat antar ibu hamil.
3. Mencegah Praktik Berbagi MT:
    a. Menyampaikan secara tegas dan jelas saat edukasi dan konseling bahwa MT diformulasikan khusus untuk kebutuhan gizi ibu hamil KEK dan tidak boleh dibagikan kepada anggota keluarga lain karena akan mengurangi dosis efektif untuk ibu.

b. Melibatkan suami dan anggota keluarga lain dalam sesi edukasi agar memahami pentingnya MT dikonsumsi secara penuh oleh ibu hamil dan memberikan dukungan.

Dengan menerapkan saran-saran ini secara terintegrasi dalam pelayanan kesehatan ibu hamil, diharapkan tingkat kepatuhan konsumsi MT dapat meningkat, sehingga program MT dapat memberikan dampak yang lebih optimal dalam menurunkan prevalensi KEK dan meningkatkan kesehatan ibu dan bayi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan.

7.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat memperluas ruang lingkup dengan mengkaji faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi makanan tambahan (seperti dukungan sosial, tingkat pengetahuan, aksesibilitas layanan, kualitas PMT lokal), serta melakukan penelitian lebih lanjut terkait dampaknya terhadap luaran kesehatan ibu dan bayi (seperti berat badan lahir bayi, kejadian anemia, atau status gizi pasca persalinan). Penggunaan desain penelitian longitudinal atau intervensi juga disarankan untuk memperkuat bukti hubungan sebab-akibat dan menguji efektivitas strategi peningkatan kepatuhan.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA