

BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan asupan mikronutrien dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Kabupaten Agam dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Karakteristik responden terbanyak adalah usia 20-35 tahun (87.9%), pendidikan terakhir SMA (43.1%) dan bekerja (89.7%).
2. Rata-rata asupan zat besi, vitamin A, dan vitamin C responden dalam batas normal sesuai anjuran gizi seimbang yaitu 27.27 ± 12.90 mg per hari, 1113.08 ± 538.64 RE per hari dan 85.72 ± 105.37 mg per hari. Rata-rata asupan zink dan folat lebih rendah dari anjuran gizi seimbang yaitu 6.29 ± 3.11 mg per hari dan 0.08 ± 0.22 mg per hari.
3. Rata-rata kadar hemoglobin responden adalah 11.5 ± 80.85 g/dl. Sebagian besar responden (87.9%) memiliki kadar hemoglobin ≥ 11 g/dl atau tidak mengalami anemia dan hanya 12.1% responden memiliki kadar hemoglobin < 11 g/dl atau mengalami anemia
4. Tidak terdapat korelasi antara asupan zat besi, zink, asam folat, vitamin A dan vitamin C dengan kadar hemoglobin.

7.2 Saran

1. Dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk membandingkan efektivitas masing-masing vitamin dan mineral atau kombinasi vitamin dan mineral untuk melihat interaksi atau peningkatan efek terhadap kadar hemoglobin
2. Bagi petugas kesehatan agar memberikan penyuluhan tentang gizi seimbang, interaksi antar zat gizi pada ibu hamil serta dampak defisiensi mikronutrien dan penurunan kadar hemoglobin saat hamil. Sehingga ibu hamil sadar dan mengetahui pentingnya asupan mikronutrien saat kehamilan.
3. Pengambilan data asupan mikronutrien akan lebih baik jika juga melakukan penilaian laboratorium terhadap status zat gizi dalam darah.