

BAB 6 PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan pola konsumsi dengan kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar, dan Padang Panjang (Analisis data sekunder), maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Distribusi frekuensi pada kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang diperoleh masih banyak kenaikan berat badan ibu hamil yang tidak sesuai dibandingkan yang sesuai.
2. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi energi terhadap kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong kurang dari yang dianjurkan.
3. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi protein terhadap kenaikan berat badan di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong kurang dari yang dianjurkan.
4. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi lemak terhadap kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong normal dari yang dianjurkan.
5. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi karbohidrat terhadap kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong kurang dari yang dianjurkan.
6. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi vitamin A terhadap kenaikan berat badan ibu hamil di wilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong kurang dari yang dianjurkan.
7. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi kalsium terhadap kenaikan berat badan ibu

hamil diwilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong lebih dari yang dianjurkan.

8. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi zink terhadap kenaikan berat badan ibu hamil diwilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong kurang dari yang dianjurkan.
9. Distribusi rata-rata jumlah konsumsi zat besi terhadap kenaikan berat badan ibu hamil diwilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang tergolong lebih dari yang dianjurkan.
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi energi, protein, lemak, karbohidrat, zink, zat besi, kalsium, Vitamin A dengan kenaikan berat badan ibu hamil diwilayah Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Padang Panjang.

6.2 Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Dengan adanya penelitian ini diharapkan ibu hamil mengetahui pentingnya konsumsi zat gizi makro dan zat gizi mikro untuk bisa menjaga pola makan dengan baik agar dapat melahirkan bayi yang normal, sehingga dapat menghindari dampak buruk bagi anak pada saat tumbuh kembang.

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat memberdayakan petugas kesehatan beserta kader untuk memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi zat gizi makro dan zat gizi mikro dan mengoptimalkan pemberian PMT ibu hamil dan Table Fe sehingga dapat meningkatkan kebutuhan zat gizi pada masa kehamilan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya
4. Diharapkan peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama agar meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan berat badan ibu hamil sehingga data yang didapatkan lebih akurat dan lebih luas.

