

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata asupan zat gizi responden berada di bawah rentang AKG yaitu total energi 1344,52 kkal/hari, karbohidrat 156,25 gram/hari, protein 55,46 gram/hari, lemak 56,71 gram/hari, folat 0,09 mg/hari, omega-3 0,333 gram/hari, vitamin C 68,7 mg/hari, vitamin E 13,18 mg/hari, magnesium 133,46 mg/hari, dan kalsium 404,19 mg/hari.
2. Rata-rata tekanan darah responden berada dalam rentang normal yaitu tekanan darah sistolik 112,36 mmHg dan tekanan darah diastolik 70,18 mmHg.
3. Tidak terdapat hubungan antara asupan zat gizi (total energi, karbohidrat, protein, lemak, folat, omega-3, vitamin C, vitamin E, magnesium, dan kalsium) dengan tekanan darah pada ibu hamil trimester I.

7.2 Saran

1. Dibutuhkan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar terkait hubungan status zat gizi dengan tekanan darah ibu hamil agar sebaran asupan zat gizi lebih luas dan mencakup ibu hamil dengan asupan zat gizi kurang, cukup, dan berlebih, sehingga penelitian yang dilakukan lebih akurat.
2. Dibutuhkan penelitian lanjutan terkait faktor yang dapat menjadi bias pada hasil penelitian ini seperti usia, IMT, kebiasaan merokok, sosial ekonomi, dan keadaan ibu selama kehamilan dan pengaruhnya terhadap tingkat asupan dan tekanan darah ibu hamil trimester I.