

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Perbandingan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimeste III Yang Konsumsi Buah Jambu Biji Merah Dengan Buah Naga Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikajang maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah jambu biji sebesar 10,687 g/dL setelah mengkonsumsi buah jambu biji 11,675 g/dL, meningkat secara signifikan ( $p < 0,05$ ).
2. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah naga sebesar 10,681 g/dL setelah mengkonsumsi buah naga naik menjadi 11,863 g/dL, meningkat secara signifikan ( $p < 0,05$ ).
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III dengan anemia. Peningkatan kadar hemoglobin lebih tinggi pada kelompok ibu hamil yang konsumsi buah naga dibandingkan dengan kelompok ibu hamil yang konsumsi buah biji merah ( $p < 0,05$ ).

#### 5.2 Saran

##### 1) Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan terutama Bidan dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil yang mengalami anemia, selain untuk mendorong ibu mengkonsumsi tablet Fe secara rutin, juga mendorong ibu untuk

mengonsumsi buah naga atau jambu biji karna dapat membantu proses penyerapan zat besi pada ibu hamil.

## 2) Bagi Ibu Hamil

Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan kadar Hb secara signifikan pada ibu yang mengonsumsi buah naga dibanding buah jambu biji. Meskipun demikian, keduanya memberikan efek yang baik dalam meningkatkan kadar Hb, sehingga ibu terdorong untuk mengonsumsi buah jambu biji merah atau buah naga. Hal ini tentunya akan meningkatkan kadar Hb normal.

