

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan perhitungan statistik yang dijelaskan pada BAB sebelumnya tentang pengaruh konsumsi jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap kadar hemoglobin ibu postpartum di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut, maka peneliti dapat menarik simpulan sebagai berikut:

- 1) Rata-rata kadar hemoglobin ibu postpartum pada kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi sebesar 8,630 gr/dL dan sesudah diberikan intervensi sebesar 10,420 gr/dL.
- 2) Rata-rata kadar hemoglobin ibu postpartum pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi sebesar 8,570 gr/dL dan sesudah diberikan intervensi sebesar 9,380 gr/dL.
- 3) Terdapat pengaruh konsumsi jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu postpartum (*p-value* 0,000).
- 4) Terdapat pengaruh konsumsi tablet Fe saja terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu postpartum (*p-value* 0,000).
- 5) Terdapat perbedaan konsumsi jus jambu + tablet Fe dan tablet Fe saja terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu postpartum (*p-value* sebesar 0,001).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Puskesmas**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam melakukan kegiatan promotif dan preventif untuk mengendalikan kejadian anemia postpartum dengan cara memberikan promosi kesehatan kepada masyarakat mengenai terapi non farmakologi yaitu mengkonsumsi jus jambu biji merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

### **5.2.2 Bagi Bidan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi petugas kesehatan khususnya bagi bidan dalam memberikan penyuluhan yang intensif tentang kesehatan ibu mengenai cara mengatasi anemia mulai dari pada kehamilan sampai nifas selain dari program pemberian tablet Fe yaitu dengan cara alternatif mengkonsumsi jambu biji. Hal ini bertujuan untuk menekan angka kejadian anemia pada ibu hamil dan ibu nifas.

### **5.2.3 Bagi Responden**

Disarankan kepada ibu postpartum untuk meningkatkan pengetahuan tentang cara peningkatan kadar Hb pada masa kehamilan melalui kegiatan penyuluhan maupun kegiatan konseling atau dari sumber lain seperti dari internet atau media lainnya supaya lebih memahami dan tentang cara meningkatkan kadar Hb supaya tidak terjadi anemia pada saat bersalin dan nifas.