

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pemberian buah alpukat dan madu pada ibu hamil dengan anemia terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Puskesmas Kecamatan Setiabudi Jakarta Selatan dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Terdapat perbedaan rata-rata kadar hemoglobin responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol didapatkan hasil $P\ value = 0,164$ dan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan buah alpukat dan madu pada kelompok intervensi didapatkan hasil $P\ value = 0.000$ sehingga didapat hasil bahwa buah alpukat dan madu berpengaruh meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di Puskesmas kecamatan Setiabudi.
- 2) Terdapat perbedaan kadar hemoglobin responden pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hasil yang didapatkan dengan membandingkan mean post test kedua kelompok dengan hasil $P\ value = 0.030$ sehingga disimpulkan ada perbedaan yang signifikan kadar hemoglobin antar kelompok kontrol dan kelompok intervensi

5.2 Saran

5.2.1 Bagi lahan praktik

1) Meningkatkan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu khususnya tentang anemia dan faktor-faktor yang mempengaruhinya secara berkesinambungan melalui penyuluhan, poster, leaflet, atau media lainnya sehingga ibu hamil dapat lebih memperhatikan resiko anemia.

2) Membuat program untuk monitoring ibu hamil yang memiliki faktor resiko anemia.

3) Perlunya peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan dan konseling pada ibu hamil dan keluarga secara berkesinambungan tentang bahaya anemia pada kehamilan, manfaat, efek samping konsumsi tablet Fe, jenis-jenis makanan yang mengandung Zat besi serta makanan dan minuman yang dapat mengganggu penyerapan zat besi.

5.2.2 Bagi responden

1) Dengan adanya penelitian ini, penulis berharap agar responden atau ibu hamil untuk selalu memperhatikan pola makan, aktivitas, konsumsi tablet Fe agar terhindar dari anemia, dengan melakukan pemeriksaan secara rutin sesuai anjuran. Ibu hamil harus memiliki pengetahuan yang baik tentang pola makan yang sehat, pentingnya pengetahuan pola makan yang sehat, akan sangat berpengaruh terhadap pola makan harian ibu hamil, sehingga dapat terhindar

dari kejadian anemia. Penulis juga menyarankan agar informasi yang telah diberikan dapat menjadi wadah untuk memberikan informasi dan Pendidikan kesehatan kepada para responden ibu hamil dan keluarga.

- 2) Membentuk komitmen dengan suami atau keluarga terdekat selaku pengawas sehingga dapat meningkatkan cakupan konsumsi tablet Fe.

5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

- 1) Bagi peneliti selanjutnya diharapkan adanya pengembangan pada peneliti selanjutnya untuk meneruskan penelitian ini, diantaranya dengan menambahkan variable sebagai faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.
- 2) Pada peneliti selanjutnya bisa dilakukan penelitian yang lebih luas ruang lingkupnya untuk mengetahui besarnya masalah anemia di Puskesmas kecamatan Setiabudi, terutama pada ibu hamil dan faktor-faktor yang berhubungan dengan masalah anemia sehingga dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam perencanaan program yang akan dilaksanakan untuk mengatasi masalah anemia di Puskesmas Kecamatan Setiabudi.