

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Responden mayoritas pada ibu hamil yang memiliki pola makan sedang sebanyak 21 orang (34,4%),
- 2) Responden mayoritas pada ibu hamil yang memiliki kualitas tidur baik sebanyak 49 orang (80,3%).
- 3) Responden mayoritas pada ibu hamil yang memiliki status gizi resiko sebanyak 31 orang (50,8%).
- 4) Responden mayoritas pada ibu hamil yang tidak anemia sebanyak 44 (72,1%).
- 5) Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan pola makan, ($0,001 < 0,05$) kualitas tidur ($0,001 < 0,05$) dan status gizi ($0,001 < 0,05$) terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2023.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Puskesmas

Diharapkan dari hasil penelitian ini puskesmas mengadakan penyuluhan kepada ibu hamil dalam kegiatan-kegiatan rutin yang biasa dilakukan oleh

puskesmas guna untuk mengatasi anemia pada ibu hamil dengan cara memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil.

5.2.2 Saran ibu hamil

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menerapkan upaya- upaya agar dapat meminimalisir timbulnya kejadian anemia dan lebih memperhatikan kebutuhan nutrisi ibu selama kehamilannya. Ibu hamil diharapkan bekerjasama dengan petugas kesehatan jika memiliki masalah terkait dengan kehamilannya, melaksanakan kunjungan ANC minimal 4 kali pada kehamilan, dan teratur mengonsumsi tablet Fe pada kehamilan.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai asupan-asupan makanan lain yang belum dilakukan oleh peneliti, serta varabel-variabel lain yang belum diteliti oleh peneliti

