

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian jus buah naga merah dan jeruk terhadap perubahan hemoglobin pada ibu hamil trimester III di TPMB S Kebon Jeruk Tahun 2023, didapatkan kesimpulan :

- 5.1.1 Pada kelompok kasus, rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil pemeriksaan I diberikan jus buah naga dan jeruk serta tablet fe adalah 10.59 gr/dl dan pemeriksaan II diberikan jus buah naga dan jeruk serta tablet fe adalah 11.71 gr/dl.
- 5.1.2 Pada kelompok kontrol, rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil pemeriksaan I diberikan tablet fe adalah 10.96 gr/dl dan pemeriksaan II diberikan tablet fe adalah 11.28 gr/dl.
- 5.1.3 Terdapat pengaruh kadar hemoglobin yang signifikan ($p=0.000$) pada ibu hamil kelompok kasus pemeriksaan I dan pemeriksaan II diberikan jus buah naga dan jeruk serta tablet fe.
- 5.1.4 Terdapat pengaruh kadar hemoglobin yang signifikan ($p=0.000$) pada ibu hamil kelompok kontrol pemeriksaan I dan pemeriksaan II diberikan tablet fe.
- 5.1.5 Terdapat perbedaan kadar hemoglobin yang signifikan ($p=0.007$) antara ibu hamil pada kelompok kasus dan kontrol.

5.2. Saran

5.2.1 Bagi Institusi

Untuk memperkuat hasil penelitian, institusi dapat mengadakan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan beragam, serta menggali lebih dalam tentang faktor-faktor konfounding yang mungkin mempengaruhi hubungan antara konsumsi jus buah naga, jeruk, dan tablet Fe dengan kadar hemoglobin. Studi lanjutan juga dapat mengidentifikasi dampak konsumsi makanan tambahan pada variabel lain yang relevan dengan kesehatan ibu hamil.

5.2.2 Bagi TPMB S Kebon Jeruk

TPMB S Kebon Jeruk dapat membuat makanan yang mengandung Fe dan vitamin C serta memperkuat integrasi program gizi dalam perawatan antenatal. Hal ini termasuk memastikan bahwa ibu hamil mendapatkan informasi yang komprehensif tentang manfaat dan pentingnya asupan nutrisi yang seimbang, termasuk konsumsi jus buah naga, jeruk, dan tablet Fe. Program gizi yang terintegrasi dapat membantu meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya menjaga kadar hemoglobin yang sehat.

5.2.3 Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat, terutama ibu hamil dapat rutin mengonsumsi tablet Fe dan makanan yang mengandung zat besi serta vitamin C seperti jus buah naga dan jeruk sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia.

5.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat mendampingi dan memotivasi ibu hamil sehingga mendapatkan asupan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi ibu maupun janin sehingga ibu dan janin sehat. Tenaga kesehatan perlu terus meningkatkan

pengetahuan dan keterampilan mereka terkait perawatan ibu hamil, termasuk dalam hal manajemen nutrisi dan pengelolaan kadar hemoglobin. Melalui pelatihan dan pendidikan kontinu, mereka dapat memberikan pelayanan yang lebih baik dan akurat kepada ibu hamil.

