

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Baamang I Sampit pada tahun 2025, kesimpulan dari penelitian ini sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut:

1. Distribusi kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Baamang I Sampit menunjukkan bahwa sebanyak 42,9% ibu hamil mengalami anemia, sedangkan 57,1% tidak mengalaminya. Kebanyakan responden berada dalam kategori risiko rendah, berpendidikan tinggi, memiliki jumlah kehamilan yang rendah, jarak kehamilan aman, kondisi gizi normal, dan mematuhi penggunaan tablet besi.
2. Variabel yang memengaruhi terjadinya anemia secara signifikan adalah usia ibu, kondisi gizi, dan sejauh mana ibu mematuhi penggunaan tablet besi. Sementara itu, tingkat pendidikan, jarak antara kehamilan, dan jumlah kelahiran sebelumnya tidak terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya anemia.
3. Faktor dominan yang memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil adalah ketidakpatuhan mengonsumsi tablet Fe, diikuti oleh status gizi, sedangkan usia ibu tidak signifikan secara statistik.
4. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi puding kelakai pada ibu hamil anemia mengalami peningkatan dari 10,51 g/dL

menjadi 11,28 g/dL dengan selisih rata-rata 0,77 g/dL, sedangkan kelompok kontrol (tablet Fe saja) hanya meningkat 0,41 g/dL.

5. Pemberian puding kelakai berdampak besar terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang menderita anemia, seperti yang

ditunjukkan oleh hasil uji paired sample t-test dengan nilai  $p = 0,000$ . Dari hasil uji t-test independent, nilai p-value pada pre-test adalah 0,502 yang lebih besar dari 0,05, sedangkan pada post-test adalah 0,096 yang lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa hasil tidak bermakna secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam kadar Hb pada ibu hamil yang diberi puding kelakai dan tablet Fe dibandingkan dengan hanya diberi tablet Fe saja.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan yang diperoleh, maka saran yang diberikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi ibu hamil, diharapkan lebih disiplin dalam mengonsumsi tablet Fe sesuai petunjuk tenaga kesehatan dan tetap menjaga pola makan yang seimbang dan bergizi. Makanan lokal seperti puding kelakai dapat dijadikan tambahan pangan untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah terjadinya anemia selama masa kehamilan.
2. Untuk tenaga kesehatan dan Puskesmas Baamang I Sampit, dianjurkan untuk memperkuat program pembelajaran dan bimbingan kepada ibu hamil, terutama terkait kesetiaan dalam mengonsumsi tablet Fe serta peningkatan

kondisi gizi mereka. Puskesmas juga bisa mempertimbangkan pengembangan intervensi makanan lokal seperti puding kelakai sebagai tambahan dalam program pencegahan anemia melalui suplementasi tablet Fe.

3. Bagi Dinas Kesehatan dan Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai acuan untuk menggabungkan inovasi makanan lokal yang menggunakan bahan alami ke dalam upaya mencegah anemia. Pembuatan intervensi seperti puding kelakai bisa menjadi cara yang praktis, mudah dilakukan, dan berkelanjutan di tingkat masyarakat.
4. Bagi peneliti berikutnya, dianjurkan melakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan durasi intervensi yang lebih lama agar dapat mengevaluasi efektivitas puding kelakai dalam menurunkan kejadian anemia secara jangka panjang. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat memperhatikan faktor eksternal seperti pola makan, infeksi, dan kondisi kesehatan lainnya agar hasil yang diperoleh lebih lengkap dan bisa diterapkan secara luas.