

## **BAB VI PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Pola makan responden dilihat dari
  - Jumlah : responden mengkonsumsi makanan pokok dalam jumlah yang sedikit yaitu hanya 50 gram sekali makan, begitu pula dengan sayuran yang hanya dikonsumsi sekitar 10-30 gram.
  - Frekuensi : responden makan 3 kali dalam sehari, tetapi responden jarang mengkonsumsi sayuran (4-6x/minggu).
  - Jenis : jenis lauk yang sering dikonsumsi responden adalah ikan, tahu, dan tempe. Responden hanya sering mengkonsumsi sedikit jenis sayuran yaitu bayam, kangkung, sawi, dan wortel. Begitu juga dengan buah-buahan, responden hanya mengkonsumsi jeruk, pisang, dan pepaya.

Pola makan responden masih belum menerapkan pola makan ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum.

2. Rata-rata tingkat konsumsi responden dibandingkan dengan kebutuhan 80% responden adalah:
  - a. Energi : 70,54% (Defisit Tingkat Sedang)
  - b. Protein: 45,29% (Defisit Tingkat Berat)
3. Status gizi responden berdasarkan %LLA termasuk dalam kategori status gizi kurang atau beresiko KEK (81,15%) dengan LLA 21,5 cm.

### **B. Saran**

- Responden perlu diberi motivasi dan edukasi untuk mengkonsumsi makanan lebih banyak dibandingkan biasanya
- Responden perlu diberi konseling dan edukasi mengenai diet hiperemesis gravidarum.