

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

1. Sebanyak 62% ibu hamil anemia berumur 20-29 tahun dan 34% ibu hamil anemia berumur 30-39 tahun. Ibu hamil memiliki tingkat pendidikan SMA sebesar 62,5%, sebesar 50% ibu hamil tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga dan tingkat pendapatan keluarga per bulan ibu hamil anemia sebesar 100% tergolong tinggi.
2. Konseling gizi seimbang memberikan pengaruh yang signifikan ($p=0,002$) terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil sebesar 24,3%. Skor sebelum diberikan intervensi konseling gizi seimbang $65 \pm 16,4$ dan meningkat menjadi $89,3 \pm 6,2$ sesudah diberikan intervensi konseling gizi seimbang.
3. Konseling gizi seimbang memberikan pengaruh yang signifikan ($p=0,003$) terhadap pola makan ibu hamil sebesar 37,1%. Skor sebelum diberikan intervensi konseling gizi seimbang $56,5 \pm 41,8$ dan meningkat menjadi $93,6 \pm 94,3$ sesudah diberikan intervensi konseling gizi seimbang.
4. Konseling gizi seimbang memberikan pengaruh yang signifikan ($p=0,014$), ($p=0,000$), ($p=0,012$) terhadap tingkat konsumsi protein, zat besi, dan asam folat pada ibu hamil masing-masing sebesar 40,1%, 33,6%, 51,1%. Skor sebelum diberikan intervensi konseling gizi seimbang pada masing-masing tingkat konsumsi protein $80,0 \pm 20,1$, zat besi $50,4 \pm 18,7$, asam folat $41,5 \pm 27,7$ dan meningkat menjadi protein $120,1 \pm 33,1$, zat besi $84,0 \pm 7,2$, asam folat $92,6 \pm 27$ sesudah diberikan intervensi konseling gizi seimbang. Akan tetapi tingkat konsumsi vitamin B12 menyatakan tidak ada pengaruh yang signifikan ($p=0,262$) terhadap tingkat konsumsi vitamin B12 ibu hamil sebesar 18,8%. Skor sebelum diberikan intervensi konseling gizi seimbang $132,6 \pm 88,2$ dan meningkat menjadi $151,4 \pm 53,8$ sesudah diberikan intervensi konseling gizi seimbang.
5. Konseling gizi seimbang memberikan pengaruh yang signifikan ($p=0,018$) terhadap kadar hemoglobin ibu hamil sebesar 0,8%. Skor sebelum diberikan intervensi konseling gizi seimbang $9,9 \pm 0,6$ dan meningkat menjadi $10,7 \pm 0,4$ sesudah diberikan intervensi konseling gizi seimbang.

B. Saran

Hasil penelitian intervensi konseling gizi seimbang selama 4 minggu dengan 6 kali pertemuan mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi zat gizi, kadar hemoglobin dan selanjutnya dapat merubah pola makan ibu hamil anemia sebesar 25% pola makan ibu hamil berubah menjadi kategori cukup dan 75% pola makan ibu hamil berubah menjadi kategori kurang. Selain itu, tingkat konsumsi zat gizi protein, zat besi, asam folat dapat meningkat dengan signifikan. Hal ini diikuti dengan peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil anemia sebesar 50% dalam kategori normal.

Petugas atau kader dapat memanfaatkan media booklet gizi khususnya pemilihan bahan makanan dan teknik pengolahan makanan yang baik dalam konseling gizi dan perencanaan program anemia pada ibu hamil, agar pola makan ibu hamil anemia dapat berubah menjadi baik dan angka anemia pada ibu hamil dapat berkurang.