

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil beberapa jurnal yang dilakukan analisa terkait persiapan kehamilan pada wanita usia subur yang meliputi persiapan fisik, persiapan psikologi dan persiapan pengetahuan dapat ditarik kesimpulan bahwa :

- 1) Dari segi persiapan fisik yang dilakukan meliputi kebutuhan gizi seperti asam folat, zat besi dan pemenuhan nutrisi di dapat masih banyaknya wanita tidak melakukan persiapan fisik saat prakonsepsi
- 2) Pada persiapan psikologi didapatkan salah satu faktor yang diperlukan saat masa prakonsepsi adalah dukungan suami, tetapi dari literature yang didapatkan dukungan suami saat masa prakonsepsi kurang.
- 3) Persiapan Pengetahuan didapatkan kurangnya informasi dan edukasi mengenai cara menentukan masa subur, cara mengetahui pola hidup yang sehat serta memanfaatkan sarana seperti posyandu prakonsepsi yang tidak dilakukan oleh wanita usia subur dalam melakukan persiapan kehamilan.

5.2 Saran

Sesuai dengan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat melakukan edukasi terkait persiapan kehamilan bagi wanita usia subur

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan rujukan pustaka tentang persiapan kehamilan kepada wanita usia subur agar dapat terjadi kehamilan yang sehat

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan melakukan penelitian dengan topik yang sama agar dapat membuat inovasi yang dapat membuat para wanita usia subur yang sedang merencanakan kehamilan lebih peduli dengan dirinya untuk melakukan persiapan kehamilan

