

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil pembahasan mengenai hubungan pola makan terhadap asupan energi dan asupan protein pada ibu hamil KEK di Puskesmas Pakis dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Data gambaran umum ibu hamil berdasarkan usia ibu, isa kehamilan, Pendidikan, pekerjaan dan pendapatan menunjukkan mayoritas ibu hamil yang menderita KEK berada pada rentang usia 20-35 tahun, berada pada trimester 2 dan 3, tingkat Pendidikan SMA, pekerjaan IRT, dan berpendapatan <1,5 juta
2. Ada hubungan pola makan terhadap asupan energi dan asupan pada ibu hamil KEK
3. Ada hubungan pola makan terhadap asupan protein pada ibu hamil KEK

#### **B. Saran**

1. Bagi Ibu Hamil

Disarankan bagi ibu hamil untuk lebih memperhatikan pola makan selama kehamilan guna memenuhi asupan energi dan protein, sehingga dapat mencegah terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK).

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Disarankan bagi tenaga Kesehatan dapat memberikan edukasi yang ditujukan kepada ibu hamil KEK yang memiliki asupan energi dan asupan protein kurang.