

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Rerata tingkat pengetahuan ibu hamil mengalami peningkatan sebelum edukasi gizi sebesar 59 (sedang) menjadi 74 (sedang) setelah edukasi gizi
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dalam pemberian edukasi gizi berbasis *e-booklet* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil pada α 0,05
3. Pola konsumsi pangan yang dianalisis menggunakan metode FFQ, menunjukkan bahwa bahan makanan yang sering dikonsumsi ibu hamil dalam kurun waktu dua bulan terakhir, terdiri dari makanan pokok (nasi) dan lauk nabati (tahu dan tempe) dengan frekuensi $\geq 3x$ sehari, sayuran (bayam, kangkung, kacang panjang, dan taoge), dan buah-buahan (pisang dan apel) dengan frekuensi 1x/hari, serta lauk hewani (ayam, ikan, dan telur) dengan frekuensi 3-6 kali/mgg
4. Rerata konsumsi energi sebelum edukasi gizi 1828,11 kkal (63,5%) dalam katagori sangat kurang meningkat sejumlah 766,8 kkal sehingga setelah edukasi gizi menjadi 2595 kkal (90,2%) dalam katagori kurang
5. Rerata konsumsi protein sebelum edukasi gizi 62,02 gram (71,9%) dalam katagori sangat kurang meningkat sejumlah 20,8 gram sehingga setelah edukasi gizi menjadi 82,84 gram (96,2%) dalam katagori kurang
6. Terdapat pengaruh yang signifikan dalam pemberian edukasi gizi berbasis *e-booklet* terhadap tingkat konsumsi energi dan protein ibu hamil pada α 0,05

B. Saran

1. Mengingat bahwa kehadiran ibu hamil di Wilayah Puskesmas Dinoyo masih belum sesuai harapan untuk mengikuti kelas edukasi ibu hamil, sehingga disarankan kepada para kader dan petugas kesehatan untuk memberikan motivasi keluarga agar turut berpartisipasi sebagai bentuk upaya penanggulangan berbagai masalah gizi melalui edukasi gizi yang diberikan
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menambah waktu penelitian dan media yang digunakan untuk mendapatkan hasil yang lebih baik utamanya terhadap tingkat pengetahuan dan pola konsumsi pangan ibu hamil