

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian dengan cara Literature Review dengan cara menganalisis 10 literatur dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan didapatkan kesimpulan yaitu ada pengaruh konseling yang mengenai gizi seimbang yang dinilai secara efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil yang anemia. Dengan ada beberapa faktor yang paling banyak dibahas pada beberapa literatur yaitu umur yang sebaiknya ideal (20-35 tahun), pendidikan minimal pendidikan dasar, dan penghasilan/tingkat pendapatan yang dapat mencukupi kebutuhan gizinya. Serta ada perbedaan frekuensi dan waktu agar konseling berjalan secara efektif pada ibu hamil yaitu 30-60 menit yang dilakukan secara kontinu dan tidak berjarak lama seperti 4 kali dalam 1 bulan. Pada perbedaan kepatuhan konsumsi tablet fe yang berpengaruh terhadap kadar hb dilihat dari beberapa jurnal lebih ada peningkatan apabila diberikan tablet fe sesudah dilakukan konseling gizi.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi ibu hamil**

Diharapkan ibu hamil dapat melakukan konseling sebagai salah satu upaya yang dapat dikatakan efektif terkait gizi seimbang yang disampaikan oleh ahli gizi dan tenaga kesehatan lain agar dapat menurunkan kejadian ibu hamil yang anemia di Indonesia.

##### **2. Bagi tenaga kesehatan**

Sebaiknya tenaga kesehatan dapat lebih memperhatikan frekuensi dan waktu pelaksanaan intervensi konseling gizi yaitu idealnya selama 30-60 menit yang dilakukan secara kontinu agar dapat berjalan secara efektif

dan pemaparan solusi dari permasalahan gizi yang ada dapat diterapkan secara maksimal.

3. Bagi masyarakat

Tokoh masyarakat juga diharapkan berperan serta dalam menangani masalah ibu hamil yang anemia ini dengan ikut mendengarkan apabila terdapat penyuluhan/konseling tentang ibu hamil yang anemia.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini selanjutnya dapat dikembangkan kembali dengan metode yang lain yaitu dengan metode penelitian langsung agar lebih terlihat langsung perubahan konseling yang meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Serta dapat dilanjutkan dengan memaparkan dampak dari ibu hamil yang anemia seperti stunting.