

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Karakteristik umum responden didominasi oleh ibu hamil anemia dengan usia 20-35 tahun, paritas 0-2 anak, trimester 3, pekerjaan sebagai IRT, dan pendidikan SMK serta S1.
2. Adanya perubahan tingkat konsumsi energi setelah pemberian edukasi gizi, namun berdasarkan uji statistik tidak secara signifikan.
3. Adanya perubahan tingkat konsumsi zat gizi makro (protein, lemak, karbohidrat) setelah pemberian edukasi gizi, namun berdasarkan uji statistik tidak secara signifikan.
4. Adanya perubahan tingkat konsumsi zat besi, vitamin C, asam folat setelah pemberian edukasi gizi, namun berdasarkan uji statistik tidak secara signifikan.
5. Adanya perubahan kadar hemoglobin setelah pemberian edukasi gizi dan berdasarkan uji statistik disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi.

#### B. Saran

1. Perlu adanya pemberian daftar bahan penukar pada saat penelitian lanjutan terkait pemberian edukasi gizi sehingga responden dapat mengetahui nilai gizi dalam suatu bahan makanan dalam setiap golongan bahan penukar.
2. Perlu adanya penggunaan *food model* pada saat penelitian lanjutan terkait pemberian edukasi gizi sehingga responden dapat mengetahui ukuran makanan yang dikonsumsi secara spesifik.
3. Perlu memperhatikan saat pemberian edukasi gizi pada penelitian seharusnya dilakukan 4 kali pertemuan, yaitu dalam seminggu dilakukan 1 kali pertemuan agar dapat mengubah pengetahuan dan perilaku responden.