

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu hamil memiliki asupan zat besi yang baik, yaitu sejumlah 17 (94,4%).
2. Sebagian besar ibu hamil memiliki asupan asam folat yang baik, yaitu sejumlah 17 (94,4%).
3. Sebagian besar ibu hamil memiliki asupan vitamin C yang baik, yaitu sejumlah 12 (66,7%).
4. Sebagian besar ibu hamil kadar Haemoglobinnya berstatus tidak anemia yaitu sejumlah 15 (83,3%).
5. Sebagian besar ibu hamil dengan asupan zat besi kategori baik tidak mengalami anemia yaitu sejumlah 15 (88,2%).
6. Sebagian besar ibu hamil dengan asupan asam folat kategori baik tidak mengalami anemia yaitu sejumlah 15 (88,2%).
7. Sebagian besar ibu hamil dengan asupan vitamin C kategori baik tidak mengalami anemia yaitu sejumlah 9 (75%).

B. Saran

Untuk Puskesmas

Untuk Puskesmas Ngemplak II terutama bidang gizi dan KIA untuk tetap diharapkan selalu meningkatkan program pemberian tablet tambah darah dan melakukan penyuluhan tentang pencegahan anemia bagi ibu hamil di wilayah

kerja Puskesmas Ngemplak II Sleman. Selain itu diberikan edukasi gizi tentang asupan zat besi, asam folat dan vitamin C serta edukasi tentang konsumsi makanan penghambat Fe dan yang membantu penyerapan Fe.

Untuk Ibu Hamil

Diharapkan ibu hamil agar rajin mengonsumsi tablet tambah darah, sumber makanan zat besi, asam folat dan vitamin C untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah dan mencegah terjadinya anemia selama kehamilan. Selain itu ibu hamil diharapkan selalu rutin memeriksakan kehamilannya dan selalu aktif mengikuti kegiatan yang diberikan pihak puskesmas menyangkut kesehatan Gizi ibu hamil.