

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 44 ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Puskesmas Saptosari pada tahun 2024, diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Usia menunjukkan mayoritas ibu hamil KEK pada usia tidak berisiko (20–35 tahun), sebesar (86,4%) responden.
2. Tingkat pendidikan menunjukkan sebesar (61,4%) responden dengan pendidikan menengah (SMA/SMK).
3. Pekerjaan menunjukkan sebesar (63,6%) responden adalah ibu rumah tangga
4. Gravida menunjukkan sebesar (65,9%) responden primigravida yang artinya mereka sedang menjalani kehamilan pertama.
5. IMT Didapatkan hasil yang seimbang antara ibu hamil KEK yang memiliki IMT normal (50%) dan IMT kurang (50%). Diperlukan pemanatuan terhadap ibu hamil dengan kategori berat kurang.
6. Kadar Hb K1 menunjukkan sebesar (72,7%) responden memiliki kadar Hb dalam kategori normal.

B. Saran

1. Bagi bidan poli KIA di Puskesmas Saptosari
 - a. Mengevaluasi konsumsi vitamin dan asupan makanan pada setiap ibu hamil yang melakukan kunjungan di puskesmas.
 - b. Memberikan edukasi terhadap ibu hamil menggunakan bahasa dan media yang mudah di pahami.
 - c. Mengadakan pelatihan bagi kader dan petugas lapangan untuk mengenali tanda-tanda KEK dan memberikan rujukan tepat waktu.
2. Bagi ibu hamil
 - a. Memperhatikan konsumsi makanan dengan kualitas gizi yang baik, cukup energi, zat besi, dan patuh dalam mengkonsumsi vitamin yang sudah diberikan.
 - b. Menghindari pantangan makanan yang tidak berdasar memperkuat pemahaman akan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.
3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan dapat menambahkan variabel yang lainnya seperti pengetahuan, `tingkat pendapatan, akses layanan kesehatan, atau pola makan harian ibu hamil yang dikonsumsi.