

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Gambaran Kebiasaan Makan Ibu Hamil Dengan pH Saliva rentang usia 21 – 45 tahun di Posyandu Padukuhan Gonjen, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta dengan 42 responden yang dilakukan pada bulan Juli 2025, dapat disimpulkan bahwa:

1. Ibu hamil memiliki kebiasaan makan dengan kriteria buruk
2. Ibu hamil memiliki pH saliva dengan kriteria asam.
3. Ibu hamil dengan kelompok usia 31 – 45 tahun memiliki kebiasaan makan buruk dan memiliki pH saliva dengan kriteria asam.
4. Ibu hamil pada usia kehamilan trimester III memiliki kebiasaan makan buruk dan memiliki pH saliva kriteria asam.
5. Ibu hamil dengan kelompok Pendidikan menengah pertama (SMP) memiliki kebiasaan makan buruk dan memiliki pH saliva kriteria asam.
6. Ibu hamil dengan kelompok pekerjaan wiraswasta memiliki kebiasaan makan buruk dan karyawan swasta memiliki pH saliva kriteria asam.
7. Ibu hamil dengan kebiasaan makan kriteria buruk memiliki pH saliva kriteria asam.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian mengenai gambaran kebiasaan makan ibu hamil dengan pH saliva pada ibu hamil usia 21 – 45 tahun, yang perlu diperhatikan hal – hal sebagai berikut:

1. Bagi responden

Bagi responden, diharapkan lebih memperhatikan pola makan sehari-hari dengan memilih makanan bergizi seimbang. Kurangi makanan manis dan asam agar pH saliva tetap seimbang

2. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih mendalam dan tambahkan variabel seperti status gizi, kebersihan mulut dan tingkat stres. Perluas jumlah dan lokasi responden agar hasil lebih mewakili.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan dapat mengembangkan bahan ajar tentang pentingnya pola makan sehat selama kehamilan dan hubungannya dengan kesehatan gigi dan mulut. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi dalam promosi kesehatan serta mendorong mahasiswa untuk aktif mengedukasi ibu hamil di posyandu dan layanan kesehatan dasar lainnya