

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan kesimpulan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan zat gizi ibu hamil berdasarkan pendidikan sebagian besar ibu hamil berada di pendidikan tinggi dengan asupan energi kurang, protein kurang, lemak baik, dan karbohidrat kurang.
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan zat gizi ibu hamil berdasarkan pekerjaan sebagian besar ibu hamil tidak bekerja dengan asupan energi kurang, protein kurang, dan karbohidrat kurang. Sedangkan pada asupan lemak, jumlah ibu hamil dengan asupan lemak kategori kurang dan baik sama.
3. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan zat gizi ibu hamil berdasarkan pengeluaran pangan sebagian besar ibu hamil memiliki pengeluaran pangan rendah dengan asupan energi kurang, protein kurang, lemak kurang, dan karbohidrat kurang.
4. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan zat gizi ibu hamil berdasarkan pengeluaran non-pangan sebagian besar ibu hamil memiliki pengeluaran tinggi dengan asupan energi kurang, protein kurang, lemak kurang, dan karbohidrat kurang.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai gambaran asupan zat gizi ibu hamil berdasarkan pekerjaan dan pendidikan sebagai bahan perencanaan program untuk menanggulangi masalah pada ibu hamil sehingga dapat mencegah terjadinya KEK, anemia, dan masalah gizi lainnya yang berkaitan dengan asupan zat gizi.

2. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan bagi ibu hamil untuk meningkatkan asupan zat gizi energi, protein, lemak, dan karbohidrat sehingga mencegah masalah kehamilan seperti KEK, anemia, dan masalah gizi lain berkaitan dengan asupan zat gizi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan bisa dijadikan referensi untuk perkembangan variabel yang belum diteliti yaitu mencakup status gizi.