

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pedoman gizi seimbang ibu hamil termasuk pada kriteria cukup. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil telah cukup memahami dan mengetahui mengenai pedoman gizi seimbang untuk ibu hamil, tetapi pengetahuan ibu hamil masih kurang mengenai jumlah konsumsi air dalam satu hari bagi ibu hamil.

Pengetahuan tentang anjuran porsi makan ibu hamil termasuk pada kriteria cukup. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil telah cukup memahami dan mengetahui mengenai anjuran porsi makan ibu hamil. Tetapi pengetahuan ibu hamil masih kurang mengenai jumlah konsumsi susu dalam sehari untuk ibu hamil.

Pengetahuan tentang fungsi dan sumber zat gizi bagi ibu hamil termasuk pada kriteria cukup. Hal ini menunjukkan ibu hamil sudah memahami dan mengetahui mengenai fungsi dan sumber zat gizi bagi ibu hamil. Tetapi pengetahuan ibu hamil masih kurang mengenai fungsi karbohidrat, fungsi protein, fungsi lemak, zat gizi untuk pertumbuhan tulang dan gigi janin, sumber zat besi dan sumber yodium untuk ibu hamil.

Pengetahuan tentang akibat kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil termasuk pada kriteria kurang. Hal ini menunjukkan ibu hamil masih belum memahami dan mengetahui mengenai akibat dari kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil terutama tentang penyebab anemia pada ibu hamil dan akibat kekurangan asam folat bagi ibu hamil.

Secara keseluruhan, pengetahuan gizi ibu hamil di Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung kurang dari setengah responden memiliki pengetahuan gizi kurang dan pengetahuan gizi cukup, sedangkan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan gizi baik dan sangat baik.

B. Implikasi

Simpulan hasil penelitian yang telah dijelaskan diatas mengandung implikasi bahwa dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan gizi ibu hamil di Kecamatan Kertasari berada pada kriteria kurang. Kondisi ini mengandung implikasi bahwa ibu hamil masih harus meningkatkan pengetahuan tentang gizi pada saat kehamilan. Ibu hamil dapat memperoleh pengetahuan melalui buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang diberikan oleh posyandu, menghadiri penyuluhan gizi serta diperoleh dari media seperti televisi, internet, media sosial dan media lainnya.

C. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan gizi ibu hamil di Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung, rekomendasi penulis pada penelitian ini adalah

1. Terkait dengan pengetahuan ibu hamil tentang akibat kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil masih kurang, diharapkan Lembaga Kesehatan di Kecamatan Kertasari lebih memperhatikan kondisi tersebut dengan cara mengadakan konseling maupun penyuluhan tentang gizi pada saat hamil.
2. Bagi ibu hamil, diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan gizi dengan mencari informasi tentang gizi selama kehamilan dengan membaca dan mengikuti penyuluhan-penyuluhan dari tenaga kesehatan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya karena pengetahuan gizi ibu hamil masih kurang terutama mengenai akibat dari kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil sehingga dapat melakukan intervensi pendidikan gizi.