

BAB 7

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

- a. Tidak ada hubungan tingkat konsumsi energi dan protein dengan perubahan berat badan ibu hamil trimester II. Walaupun demikian, ada hubungan tingkat konsumsi energi dengan berat badan ibu hamil trimester II pada setiap minggu di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanwangi Kecamatan Blimbing Kota Malang
- b. Rata – rata konsumsi energi ibu hamil trimester II $1845,1 \pm 207,7$ kkal
- c. Rata – rata konsumsi protein ibu hamil trimester II $59,8 (46 ; 91)$ g
- d. Tingkat konsumsi energi ibu hamil trimester II dalam kategori defisit sebesar 18,9% berdasarkan AKG 2004 dan 67,6% berdasarkan AKG 2012.
- e. Tingkat konsumsi protein ibu hamil trimester II dalam kategori defisit sebesar 8,1% berdasarkan AKG 2004 dan 45,9% berdasarkan AKG 2012.
- f. Rata – rata perubahan berat badan ibu hamil trimester II selama satu bulan penelitian adalah sebesar 0,4 kg perminggu.

7.2. Saran

1. Bagi petugas kesehatan
 - a) Sebaiknya lebih disosialisasikan tentang pentingnya pemantauan berat badan ibu hamil selama kehamilan sehingga dapat dilakukan perbaikan segera jika terjadi kenaikan berat badan yang tidak normal

- b) Sebaiknya lebih diperhatikan ibu-ibu yang baru pertama kali hamil, dan kurus serta memiliki kenaikan berat selama kehamilan yang kecil karena lebih berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah.
- c) Sebaiknya pada buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), kenaikan berat badan dipantau dalam bentuk kurva bukan tabel sehingga dapat dilihat bagaimana perubahan berat badan yang terjadi pada ibu hamil

2. Bagi ibu hamil

- a) Sebaiknya mengonsumsi makanan yang bergizi dan dapat memenuhi kecukupan ibu hamil agar penambahan berat badan sesuai dengan IMT sebelum hamil serta zat – zat gizi digunakan sesuai fungsinya
- b) Sebaiknya secara rutin memeriksakan kehamilan ke tempat pelayanan kesehatan dengan memantau kenaikan berat badan pada setiap trimester karena kompensasi kenaikan berat badan tidak dianjurkan

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a) Dilakukan penelitian dengan menggunakan subyek penelitian dengan jumlah responden lebih banyak dan diikuti penuh selama trimester II atau selama kehamilan
- b) Pemenuhan energi dan protein tetap disarankan menggunakan AKG 2012 karena data berat badan dan tinggi badan yg digunakan dalam perhitungan Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP) didasarkan pada median berat badan dan tinggi badan normal penduduk Indonesia menurut kelompok umur dan jenis kelamin berdasarkan data Riskesdas 2010 terhadap standart WHO.