

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan dan setelah dilakukan analisis data, serta pembahasan, maka kesimpulan yang dapat diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Rata-rata asupan energi, protein, karbohidrat, dan lemak pada kelompok ibu hamil trimester 1 secara berturut-turut adalah 1491.7 kkal dengan CI 95% (1.31-1.86), 55.96 gram dengan CI 95% (39.38-72.55), 205.02 gram dengan CI 95% (1.55-2.55), dan 50.81 gram dengan CI 95% (37.52-64.1). Kemudian asupan energi, protein, karbohidrat, dan lemak pada kelompok ibu hamil trimester 2 adalah 1511.24 kkal dengan CI 95% (1.24-1.78) , 53.49 gram dengan CI 95% (44.92-62.07), 202.01 gram dengan CI 95% (1.71-2.33), dan 55.49 gram dengan CI (41.5-69.49).
2. Responden trimester 1 memiliki asupan energi dan protein yang tergolong sangat kurang, serta asupan karbohidrat dan lemak yang tergolong kurang. Sedangkan Responden trimester 2 memiliki asupan energi dan protein yang tergolong sangat kurang, asupan karbohidrat yang tergolong kurang, serta asupan lemak yang tergolong cukup.
3. Sebagian besar responden trimester 1 memiliki penambahan berat badan kurang dari anjuran (77.8%). Kemudian diikuti dengan

responden yang mengalami penambahan sesuai anjuran (22.2%). Lalu Sebagian besar responden trimester 2 mengalami penambahan berat badan kurang dari anjuran (50%). Kemudian diikuti dengan responden yang mengalami penambahan berat badan sesuai anjuran (27.8%) dan lebih dari anjuran (22%).

4. Pada responden kelompok trimester 1 dan trimester 2 terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi, protein, dan lemak terhadap penambahan berat badan ibu selama kehamilan. Namun, tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan zat gizi karbohidrat.

## **7.2 Saran**

Pada penelitian ini disadari terdapat beberapa kekurangan. Oleh karena itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan perbaikan sebagai berikut:

- a. Melakukan penelitian mengenai hubungan zat gizi selain energi dan zat gizi makro terhadap peningkatan berat badan ibu hamil seperti zat gizi mikro dan karakteristik responden.
- b. Melakukan penelitian dengan responden ibu hamil dari semua tahap trimester agar dapat diketahui hubungannya secara keseluruhan. Kemudian, akan lebih baik jika dilihat juga dampak yang terjadi setelah kelahiran.
- c. Melakukan penelitian lebih lanjut mengenai karakteristik responden terhadap penambahan berat badan selama kehamilan dan memasukkan kriteria ibu bekerja sebagai persyaratan kriteria responden penelitian.