

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.