

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan :

1. Dari 12 responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan rentan usia reproduksi yaitu 20-35 tahun sebesar 100%, berpendidikan menengah atau setara dengan SMA sebanyak 91.7%, dan multigravida sebanyak 75%, serta pekerjaan responden seluruhnya adalah IRT 100%.
2. Rerata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan sayur bayam hijau pada kelompok intervensi adalah sebesar 10.300 gr% dan pada kelompok kontrol adalah sebesar 10.333 gr%.
3. Rerata kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan sayur bayam hijau pada kelompok intervensi adalah sebesar 11.450 gr%, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 11.083 gr%.
4. Terdapat pengaruh pemberian sayur bayam hijau dalam peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia yang ditunjukkan setelah melakukan uji *Paired Samples T-Test* didapatkan hasil nilai sig. (*2-tailed*) yaitu 0.000. Hal ini berarti Sig. (*2-tailed*) < 0.05, maka terbukti ada pengaruh.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang sudah diuraikan diatas, saran yang mungkin dapat dijadikan pertimbangan dan masukan adalah sebagai berikut:

1. Bagi PMB Zubaedah Syah dan PMB Hasmiati

Semoga pengelola PMB dapat menganjurkan kepada ibu hamil anemia untuk mengonsumsi sayur bayam hijau sebagai tambahan makanan yang banyak mengandung zat besi agar kadar hemoglobin ibu lebih cepat mengalami kenaikan.

2. Bagi Jurusan Kebidanan

Disarankan agar dijadikan sebagai sumber pustaka yang dapat digunakan untuk dijadikan referensi bacaan bagi mahasiswa. Dan sebagai bahan promosi kesehatan dalam mengatasi anemia pada ibu hamil, khususnya trimester III.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan agar dapat menjadi data dasar atau acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya serta dapat diteruskan dan ditingkatkan agar menjadi sumber informasi yang dapat dipercaya terkait pengaruh sayur bayam hijau dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia khususnya trimester III.