

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilakukan *Study Literature* dari 20 jurnal mengenai pengetahuan, kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe, pola makan, dan status ekonomi dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang anemia maka akan berpeluang lebih besar mengalami anemia karena keterbatasan ibu untuk mencari informasi yang beragam terkait dengan hal-hal yang perlu dilakukan agar tidak mengalami anemia.
2. Ibu tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe maka akan berpeluang lebih besar mengalami anemia karena kebutuhan janin untuk tumbuh dan berkembang didalam rahim.
3. Ibu yang tidak menjaga pola makan dengan baik maka akan berpeluang lebih besar mengalami anemia karena pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh.
4. Ibu yang berstatus ekonomi rendah akan berpeluang lebih besar mengalami anemia karena sumber makanan yang terbanyak mengandung zat besi adalah yang berasal dari protein hewani yang harganya cukup mahal.

**B. Saran**

1. Tenaga kesehatan diharapkan lebih memaksimalkan edukasi terkait pentingnya mengkonsumsi makanan sumber Fe dan tablet Fe serta pengetahuan pedoman gizi seimbang bagi ibu hamil melalui penyuluhan dengan mengkombinasikan antara media video dengan berbagai media lainnya seperti leaflet, brosur dan lainnya.
2. Ibu hamil dan keluarga diharapkan lebih proaktif dalam meningkatkan pengetahuannya mengenai anemia dan memperbaiki perilaku makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang serta diimbangi dengan tetap mengkonsumsi suplemen tablet Fe.