

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Karakteristik ibu hamil
  - a. Ibu hamil yang berada pada usia tidak berisiko sebesar 89,6%.
  - b. Mayoritas ibu hamil dengan tingkat pendidikan tamat SMA 74,1%.
  - c. Mayoritas pendapatan keluarga ibu hamil < Rp. 2.472.144.09 adalah 55,2%.
  - d. Mayoritas usia kehamilan ibu hamil trimester 1 sebesar 56,9%.
2. Status Gizi ibu hamil pengukuran Lila sebesar 96,5% tidak berisiko KEK.
3. Asupan energi ibu hamil adalah sebesar 74,1% kurang, 15,5 % cukup, dan 10,4% baik.
4. Asupan protein ibu hamil adalah sebesar 79,3% kurang dan 20,7% cukup.
5. Asupan zat besi ibu hamil adalah sebesar 25,9% kurang dan 74,1% cukup.
6. Asupan kalsium ibu hamil adalah sebesar 96,6% kurang dan 3,4% cukup.
7. Asupan vitamin B12 ibu hamil adalah sebesar 100% kurang.
8. Pengetahuan ibu hamil adalah sebesar 5,2% kurang, 79,3% cukup dan 15,5% baik.
9. Pemeriksaan kehamilan ibu hamil seluruhnya 100% baik.

#### B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Memberikan konseling dan pendampingan kepada seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri.
2. Bagi Ibu Hamil
  - a. Ibu hamil menerapkan pola makan yang baik sesuai dengan isi piringku dan sesuai kebutuhan gizinya.
  - b. Ibu hamil menerapkan menghindari makanan merangsang dan berbumbu tajam untuk menghindari kondisi mual muntah berkelanjutan.