

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pengetahuan tentang gizi Ibu Hamil (75%) menunjukkan pemahaman yang baik dengan rata-rata skor 82,36.
2. Asupan Zat Besi Ibu hamil adalah sebesar 34,4% kurang dan 65,6% cukup.
3. Asupan *enhancer* yang mengonsumsi ≥ 1 kali jenis *enhancer* sebesar 71,9%
4. Asupan *inhibitor* yang mengonsumsi ≥ 1 kali jenis *inhibitor* sebesar 15,6%.
5. Anemia pada ibu hamil diperoleh 25%.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan untuk Ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia terutama mengenai cara dan upaya pencegahan anemia, patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, memantau terus status gizi, serta tahu pentingnya mengonsumsi makanan sumber *enhancer* (pelancar) dan menghindari makanan sumber *inhibitor* (penghambat).

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel lain seperti asupan zat besi dan pola konsumsi makan dan lain lain yang berhubungan dengan kejadian anemia.