

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan :

1. Nilai rata rata kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum diberikan jus bayam merah pada kelompok intervensi sebesar 10.144 % .sedangkan nilai rata rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol sebelum di berikan intervensi jus bayam merah sebesar 10.100 %.
2. Nilai rata rata kadar hemoglobin pada ibu hamil sesudah diberikan jus bayam merah pada kelompok intervensi sebesar 10.831 % . sedangkan nilai rata rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol 10.394 %.
3. Diketahui terdapat perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian jus bayam merah pada ibu hamil yang ditunjukkan setelah melakukan uji *Paired Sample T-Test* didapatkan hasil nilai sig. (2-tailed) $0.000 < 0.05$, 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 Jurusan Kebidanan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka, serta sumber pengetahuan bagi seluruh mahasiswa di Kebidanan Poltekkes Tanjung Karang untuk peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil serta dapat membantu usaha peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

2. Bagi PMB

Menganjurkan kepada ibu hamil untuk mengonsumsi jus bayam merah sebagai tambahan makanan yang banyak mengandung zat besi selain hanya mengonsumsi tablet Fe, agar kadar hemoglobin ibu lebih cepat mengalami kenaikan serta tidak mengalami anemia .

3. Bagi peneliti lain dalam penelitian selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya serta dapat diteruskan dan ditingkatkan agar menjadi sumber informasi yang dapat dipercaya terkait peningkatan kadar hemoglobin setelah konsumsi jus bayam merah pada ibu hamil.

