

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Terdapat perubahan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Pada kelompok kontrol terdapat perubahan kadar hemoglobin dengan nilai *p-value* 0,022. Ada perubahan kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan pemberian jus melon 100 gr dengan nilai *p-value* 0,004 dan pemberian jus melon 200 gr dengan nilai *p-value* 0,000, sementara untuk pemberian jus melon 150 gr tidak terdapat perubahan yang signifikan terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil.
2. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin pada perlakuan jus melon 200 gr dengan kontrol dengan  $p = 0,001$  dan IK 95% dan terdapat perbedaan kadar hemoglobin perlakuan jus melon 200 gr dengan jus 100 gr dengan  $p = 0,017$  dan IK 95%.

#### B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Agar tablet Fe yang dikonsumsi ibu hamil terserap secara maksimal oleh tubuh sebaiknya ibu mengonsumsi vitamin C atau dengan buah melon agar terhindar dari anemia selama kehamilan.

## 2. Bagi Puskesmas

- a. Agar mensosialisasikan kepada seluruh tenaga pelayanan kesehatan tentang melon yang mengandung vitamin C merupakan faktor penting dalam proses penyerapan zat besi.
- b. Agar merekomendasikan kepada seluruh ibu hamil tentang konsumsi jus melon bersama dengan tablet Fe untuk membantu penyerapan zat besi.

## 3. Bagi Bidan

- a. Agar memberikan penyuluhan guna meningkatkan pengetahuan ibu tentang nutrisi ibu hamil yang mana nutrisi ibu hamil akan mempengaruhi kesehatan ibu hamil.
- b. Agar mensosialisasikan konsumsi tablet Fe yang dibantu oleh konsumsi vitamin C dalam buah-buahan termasuk melon yang akan mencegah anemia selama kehamilan.

## 4. Bagi Peneliti Lain

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi kepustakaan penelitian selanjutnya.
- b. Untuk dapat melanjutkan penelitian yang lebih mendalam berkaitan dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kadar hemoglobin.