

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut ini:

1. Lebih dari setengah (63,3%) ibu hamil trimester I di UPTD Puskesmas Ubud I tahun 2025 memiliki pengetahuan tentang gizi cukup baik.
2. Sebagian besar (63,3%) ibu hamil trimester I di UPTD Puskesmas Ubud I tidak mengalami KEK.
3. Terdapat hubungan yang cukup kuat dengan arah hubungan positif tingkat antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian KEK pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Ubud I.

B. Saran

1. Bagi pelayanan kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan tenaga gizi diharapkan lebih aktif dalam melakukan deteksi dini dan pemantauan status gizi ibu hamil secara berkala. Selain itu juga, memberikan edukasi gizi seimbang perlu diberikan secara berkelanjutan dengan pendekatan yang mudah dipahami serta memanfaatkan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran, guna mencegah terjadinya KEK.

2. Bagi ibu hamil

Ibu hamil diharapkan lebih proaktif dalam mencari informasi dan mengikuti kegiatan penyuluhan mengenai gizi kehamilan. Memenuhi kebutuhan nutrisi

dengan konsumsi makanan bergizi seimbang dan rutin memeriksakan kehamilan dapat membantu menjaga kesehatan diri dan janin serta mencegah terjadinya KEK.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan Masyarakat

Pusat Pelayanan Kesehatan Masyarakat khususnya UPTD Puskesmas Ubud I diharapkan dapat mendorong pengembangan media edukasi yang inovatif dan lebih aplikatif sebagai sarana pembelajaran dan penyuluhan dalam memberikan asuhan pada ibu hamil seperti jenis edukasi dengan media video terkait nutrisi kehamilan yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang juga berhubungan dengan kejadian KEK pada ibu hamil, seperti jenis asupan makan, pola makan sehari-hari, akses terhadap layanan kesehatan, dukungan keluarga, lingkungan dan kondisi kesehatan secara umum.