

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat konsumsi protein dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada ibu hamil di Puskesmas Koeloda Kabupaten Ngada, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Koeloda memiliki tingkat konsumsi protein kategori cukup, yaitu sebanyak 84,2%, sedangkan 15,8% memiliki tingkat konsumsi protein kategori kurang.
2. Sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Koeloda patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), yaitu sebanyak 79,2%, sedangkan 20,8% tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah.
3. Sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Koeloda tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 79,2%, sedangkan 20,8% mengalami anemia
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Koeloda Kabupaten Ngada Tahun 2026,  $p < 0,001$ .
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Koeloda Kabupaten Ngada Tahun 2026,  $p < 0,001$ .

## **B. Saran**

### **1. Bagi Puskesmas Koeloda**

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan masih terdapat **15,8% ibu hamil** dengan tingkat konsumsi protein kurang, **20,8% ibu hamil** yang tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan **20,8% ibu hamil** yang mengalami anemia, diharapkan Puskesmas Koeloda meningkatkan konseling gizi secara lebih intensif kepada ibu hamil yang berisiko. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada setiap kunjungan Antenatal Care (ANC), pemantauan kadar hemoglobin secara berkala, serta edukasi mengenai pemilihan makanan sumber protein yang mudah diperoleh dan sesuai dengan kebiasaan makan masyarakat setempat sebagai upaya menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil..

### **2. Bagi Ibu Hamil**

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan masih terdapat ibu hamil dengan konsumsi protein kurang dan ketidakpatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah, ibu hamil diharapkan meningkatkan konsumsi makanan sumber protein hewani maupun nabati sesuai kebutuhan selama kehamilan serta mengonsumsi Tablet Tambah Darah secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan. Selain itu, ibu hamil diharapkan melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin agar status hemoglobin dapat dipantau dan anemia dapat dicegah sejak dini.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini hanya meneliti hubungan tingkat konsumsi protein dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan status anemia pada ibu hamil. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan status anemia, seperti asupan zat besi, asam folat, vitamin B12, vitamin C, penyakit infeksi, status sosial ekonomi, paritas, jarak kehamilan, dan status gizi ibu sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.