

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perbedaan status gizi berdasarkan riwayat kehamilan pada ibu nifas di RSUD Bajawa, dapat disimpulkan bahwa:

1. Ibu nifas di RSUD Bajawa memiliki riwayat kehamilan berisiko sebanyak 25 responden (83,3%), sedangkan sebagian kecil termasuk dalam kategori tidak berisiko sebanyak 5 responden (16,7%).
2. Ibu nifas di RSUD Bajawa memiliki status gizi kategori berat badan kurang sebanyak 25 responden (83,3%), sedangkan sisanya memiliki status gizi normal sebanyak 5 responden (16,7%).
3. Hasil uji Independent Sample t-test menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan status gizi berdasarkan riwayat kehamilan pada ibu nifas di RSUD Bajawa dengan nilai $p = 0,009$ ($p < 0,05$). Rata-rata IMT pada kelompok ibu dengan riwayat kehamilan berisiko lebih rendah dibandingkan dengan kelompok tidak berisiko.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perbedaan status gizi berdasarkan riwayat kehamilan pada ibu nifas di RSUD Bajawa, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Ibu Nifas

Ibu nifas diharapkan lebih memperhatikan pemenuhan kebutuhan gizi selama masa kehamilan dan nifas, dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Selain itu, ibu juga diharapkan rutin melakukan pemeriksaan kehamilan (ANC) sesuai standar untuk memantau kondisi kesehatan dan status gizi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan di RSUD Bajawa diharapkan dapat meningkatkan edukasi gizi kepada ibu hamil dan ibu nifas, terutama terkait pentingnya

pemenuhan nutrisi, pencegahan kehamilan berisiko, serta pentingnya pemeriksaan ANC secara rutin. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan status gizi secara berkala untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada ibu nifas.

3. Bagi RSUD Bajawa

RSUD Bajawa diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan maternal, khususnya dalam program KIA, dengan memperkuat konseling gizi, pemantauan kehamilan berisiko, serta optimalisasi layanan ANC agar deteksi dini masalah gizi dapat dilakukan lebih cepat dan tepat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang memengaruhi status gizi ibu nifas, seperti asupan makanan dan dukungan keluarga, serta menggunakan sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih representatif.

