

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah konsumsi tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Denpasar Timur, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan karakteristik responden, seluruh responden (100%) berada pada rentang usia reproduksi sehat, yaitu 20–35 tahun (21 orang). Mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan menengah sebanyak 15 orang (71,4%), sedangkan 6 orang (28,6%) berpendidikan tinggi. Sebagian besar responden berstatus bekerja yaitu sebanyak 12 orang (57,1%), dan 9 orang (42,9%) tidak bekerja. Dari segi paritas, 11 orang (52,4%) merupakan primipara dan 10 orang (47,6%) merupakan multipara.
2. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil anemia trimester III sebelum konsumsi tablet Fe adalah 10,3 g/dL dengan standar deviasi 0,45, nilai minimum 9,4 g/dL, dan nilai maksimum 10,9 g/dL. Hasil ini menunjukkan bahwa responden sebelum intervensi masih berada dalam kategori anemia ringan.
3. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil anemia trimester III sesudah konsumsi tablet Fe meningkat menjadi 11,6 g/dL dengan standar deviasi 0,42, nilai minimum 10,8 g/dL, dan nilai maksimum 12,2 g/dL. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet Fe.
4. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ atau $p < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah konsumsi tablet Fe pada ibu hamil anemia trimester III. Dengan

demikian, konsumsi tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Denpasar Timur.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil diharapkan mengonsumsi tablet Fe secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan untuk mencegah dan mengatasi anemia selama kehamilan. Ibu hamil juga disarankan mengonsumsi makanan tinggi zat besi, seperti daging, hati, ikan, telur, sayuran hijau, dan kacang-kacangan, serta mengonsumsi sumber vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi. Ibu hamil sebaiknya menghindari minum teh atau kopi berdekatan dengan waktu konsumsi tablet Fe karena dapat menghambat penyerapan zat besi.

2. Bagi Bidan dan Tenaga Kesehatan

Bidan dan tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi kepada ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe, cara konsumsi yang benar, efek samping yang mungkin timbul, serta cara mengatasi keluhan selama mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, bidan perlu melakukan pemantauan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala, terutama pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Denpasar Timur

Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil melalui pelayanan antenatal care yang komprehensif. Program tersebut dapat dilakukan melalui pemeriksaan hemoglobin rutin, pemberian tablet Fe, konseling gizi, pemantauan kepatuhan

konsumsi tablet Fe, serta edukasi mengenai makanan yang mendukung peningkatan kadar hemoglobin.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan kebidanan diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dalam pengembangan ilmu kebidanan, khususnya mengenai pencegahan dan penatalaksanaan anemia pada ibu hamil. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dalam pelayanan kebidanan komunitas dan antenatal care.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dengan pembulatan yang tepat, serta memperluas cakupan ke beberapa lokasi penelitian agar hasilnya lebih representatif. Pada bagian metodologi, penting untuk mempertegas kriteria inklusi dan eksklusi responden dengan membedakan secara jelas antara kasus anemia baru dan kasus anemia lama guna menghindari bias intervensi. Selain itu, penelitian berikutnya dapat menambahkan atau mengontrol variabel lain seperti tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe, pola makan, status gizi, jarak kehamilan, dan frekuensi kunjungan ANC. Peneliti selanjutnya juga disarankan menggunakan kelompok kontrol untuk membandingkan efektivitas antara pemberian tablet Fe tunggal dengan tablet Fe yang dikombinasikan dengan sumber vitamin C, seperti jus jambu biji merah atau bahan pangan lokal lainnya.