

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Rerata kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil Trimester III pada kelompok kontrol adalah 11,14 g/dL sedangkan pada kelompok yang diberikan intervensi *infused water* kurma adalah 11,80 g/dL.
2. Pemberian *infused water* kurma terbukti secara signifikan meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil Trimester III. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi ini berpengaruh dalam membantu pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Hal ini terbukti dengan hasil *p-value* sebesar 0,003.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan ibu hamil, khususnya yang berada pada trimester ketiga, dapat menerapkan konsumsi *infused water* kurma sebagai alternatif intervensi alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia. Selain itu, ibu hamil juga disarankan untuk tetap menjaga pola makan yang sehat dan mengikuti pemeriksaan kehamilan secara rutin di fasilitas kesehatan.

2. Bagi Puskesmas Asam Kumbang

Puskesmas dapat mempertimbangkan penggunaan *infused water* kurma sebagai bagian dari program edukasi kesehatan ibu hamil. Hal ini dapat menjadi model intervensi berbasis bahan alami yang mudah diterapkan, terjangkau, dan berpotensi meningkatkan kesehatan ibu hamil, terutama dalam

mencegah anemia pada trimester ketiga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut terkait efektivitas bahan alami dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi variasi dosis, durasi pemberian, serta efek jangka panjang dari konsumsi infused water kurma terhadap kesehatan ibu dan janin.