

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Inderapura, Kecamatan Pancung Soal, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Rata-rata kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil yang mengalami anemia sebelum diberikan intervensi berupa jus bayam hijau adalah sebesar 9,656 gr/dL, sedangkan setelah intervensi selama satu bulan, rata-rata kadar hemoglobin meningkat menjadi 10,220 gr/dL.
2. Terdapat pengaruh signifikan dari pemberian jus bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Inderapura, Kecamatan Pancung Soal. ( p value=0,000)

#### B. SARAN

##### 1. Bagi Ibu Hamil

Disarankan kepada seluruh ibu hamil, khususnya yang mengalami anemia, untuk mengonsumsi jus bayam hijau sebanyak 100 gram per hari sebagai salah satu alternatif dalam upaya pencegahan anemia selama masa kehamilan.

##### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Kepada institusi pendidikan yang terkait, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan atau materi dalam kegiatan penyuluhan oleh mahasiswa ketika melaksanakan pengabdian kepada masyarakat, serta dapat memperkaya referensi dan literatur mengenai penanganan anemia pada ibu hamil.

### 3. Bagi Puskesmas

Diharapkan kepada pihak Puskesmas, khususnya bidan, agar dalam memberikan asuhan kepada ibu hamil dengan anemia dapat mempertimbangkan pemberian jus bayam hijau sebagai salah satu alternatif pencegahan anemia, disertai tetap memberikan tablet Fe satu kali sehari sesuai dengan program pemerintah.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan meninjau intervensi lain yang berpotensi meningkatkan kadar hemoglobin, seperti jus jambu biji, jus bayam merah, ekstrak daun kelor, atau buah kurma, menggunakan desain quasi eksperimen dengan dua kelompok perlakuan berbeda guna mengetahui tingkat efektivitas dari masing-masing intervensi.