

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *pengaruh pemberian konsumsi telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil dengan anemia ringan di Puskesmas Kopelma Darussalam Kota Banda Aceh tahun 2025*, yang telah dilakukan melalui pendekatan quasi-eksperimen dengan desain one group pretest–posttest, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan

1. Rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan sebelum diberikan konsumsi telur rebus adalah 10,10 g/dL.
2. Rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan konsumsi telur rebus selama 14 hari mengalami peningkatan menjadi 11,13 g/dL.
3. Terdapat peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar 1,03 g/dL setelah pemberian konsumsi telur rebus.
4. Hasil uji statistik menggunakan Paired Sample T-Test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan.
5. Dengan demikian, konsumsi telur rebus dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif intervensi gizi nonfarmakologis yang sederhana, mudah diperoleh, dan bermanfaat dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi Puskesmas Kopelma Darussalam dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil. Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar edukasi gizi dan alternatif intervensi nonfarmakologis berupa konsumsi telur rebus untuk meningkatkan kadar hemoglobin, serta sebagai pendukung program pelayanan antenatal care (ANC) dan pemberian tablet tambah darah (TTD)

5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran bagi institusi pendidikan, khususnya Program Studi S1 Kebidanan, dalam pengembangan ilmu kebidanan dan gizi kehamilan, serta sebagai dasar bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait intervensi gizi dalam penanggulangan anemia pada ibu hamil

5.2.3 Bagi Responden

Responden diharapkan dapat menerapkan pola makan bergizi seimbang selama kehamilan, khususnya dengan mengonsumsi makanan yang kaya zat besi dan protein seperti telur rebus secara rutin, serta tetap patuh mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sesuai anjuran tenaga kesehatan guna mencegah dan mengatasi anemia selama kehamilan

5.2.4 Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitian selanjutnya dengan menambah jumlah sampel, menggunakan kelompok kontrol, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif dan dapat digeneralisasikan

5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti penambahan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta durasi intervensi yang lebih panjang, dan mempertimbangkan variabel lain seperti kepatuhan konsumsi tablet Fe, pola makan, dan status gizi ibu hamil