

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan Juni 2024 di Puskesmas Banguntapan 2 dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang hal ini diperkuat dengan nilai *p-value* = 0,000 (<0,05), sehingga  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_a$  diterima.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang, hasil pre-test pengetahuan baik berjumlah 40% responden, cukup 54% responden dan kurang 6% responden dengan nilai rata-rata 11,26. Untuk hasil pre-test sikap positif sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang dengan kategori sikap positif berjumlah 17 dengan persentase 49% responden dan kategori sikap negative berjumlah 18 dengan presentase 51% responden dengan nilai rata-rata 38,57.
2. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang diperoleh hasil post-tes pengetahuan baik berjumlah 35 orang (100%) dengan nilai rata-rata 17,86. Untuk hasil postes sikap mengalami perubahan sikap dengan presentase sikap positif menjadi 89% sedangkan sikap negative 17%. Dengan nilai rata-rata 47,43.

#### **B. Saran**

1. Bagi tenaga kesehatan (Bidan)  
Harapannya tenaga kesehatan terlebih khusus bidan agar bias meningkatkan peran mereka dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang dengan mengedukasi ibu hamil tentang pola gizi seimbang. Sehingga dapat memenuhi kebutuhan ibu pada saat hamil sehingga tidak menyebabkan permasalahan gizi seperti anemia ataupun KEK.

2. Bagi ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Banguntapan 2

Diharapkan ibu hamil trimester I agar dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang Gizi seimbang sehingga ibu dapat mengetahui dan memiliki sikap untuk mengonsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi ibu selama kehamilan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai gizi seimbang terutama mengenai pengetahuan dan sikap isi piringku sehingga ibu hamil trimester I dapat lebih memahami konsep isi piringku dan dapat menerapkannya di kehidupan sehari-hari sehingga nutrisi selama kehamilan dapat terpenuhi.