

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya didapatkan simpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata kadar Hb saat *pretest* atau sebelum diberikan sari kurma pada kelompok intervensi didapatkan 10,2 gr/dl dan saat *posttest* atau setelah diberikan sari kurma meningkat menjadi 11,8 gr/dl.
2. Rata-rata kadar Hb pada kelompok kontrol didapatkan 10,2 gr/dl pada saat *pretest* dan meningkat menjadi 10,9 gr/dl pada saat *posttest*.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan sari kurma terhadap kadar Hemoglobin dimana pada kelompok intervensi adalah 1,57gr/dl, sedangkan pada kelompok kontrol adalah 0,71gr/dl. Hasil uji *independent sample t-test* didapatkan p value 0,005 artinya dimana nilai 0,005 lebih kecil dari nilai α 0,05 maka bisa disimpulkan terdapat pengaruh signifikan sari kurma dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III di Klinik Pratama Mitra Bunda Kota Batam.

B. Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil yang mengalami anemia dapat meningkatkan kadar Hb dengan cara pemberian asupan makanan sehat yang mengandung tinggi zat besi seperti daging merah, sayuran hijau dan hati ayam serta patuh mengkonsumsi tablet Fe secara rutin dan ditambah dengan mengkonsumsi sari kurma sebanyak 3x2 sendok selama 14 hari.

2. Bagi Klinik Pratama Mitra Bunda

Petugas kesehatan di Klinik Pratama Mitra Bunda terutama bidan dapat memberikan informasi kepada ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara rutin dan dapat menggunakan terapi komplementer berupa sari kurma dalam meningkatkan kadar Hb.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang serupa dengan menambah variabel dan intervensi lain sehingga dapat meningkatkan kadar HB dan menggunakan metode penelitian yang lebih berbeda serta menambahkan lamanya waktu intervensi sehingga didapatkan hasil penelitian yang lebih efektif dan akurat.