

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kadar Hemoglobin Sebelum Intervensi

Sebelum diberikan intervensi, kadar hemoglobin Ny.C sebesar 10.9 gr%, yang masuk kategori anemia ringan. Kondisi ini menunjukkan bahwa ibu hamil masih berisiko mengalami komplikasi bila tidak segera ditangani.

2. Kadar Hemoglobin Sesudah Intervensi

Setelah diberikan intervensi berupa jus jambu biji merah sebanyak 250 gram selama 14 hari bersamaan dengan konsumsi tablet Fe (2×1/hari), kadar hemoglobin meningkat menjadi 11.9 gr% sehingga status anemia berubah menjadi normal.

3. Efektivitas Intervensi Jus Jambu Biji Merah

Terdapat peningkatan kadar hemoglobin sebesar +1.0 gr%. Intervensi jus jambu biji merah terbukti efektif baik secara klinis, karena dapat menormalkan hemoglobin dan menurunkan risiko komplikasi seperti BBLR, prematur, dan perdarahan postpartum, maupun secara praktis, karena jambu biji merah mudah diperoleh, murah, aman, serta disukai sehingga meningkatkan kepatuhan konsumsi pada ibu hamil

B. Saran

1. Bagi Klien

Ibu hamil disarankan tetap rutin mengonsumsi tablet tambah darah (Fe) sesuai anjuran tenaga kesehatan dan dapat menambahkan jus jambu biji merah sebagai pendamping alami untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Pola makan sebaiknya dijaga dengan memperbanyak makanan bergizi seimbang, serta menghindari minuman seperti teh atau kopi setelah minum tablet Fe agar penyerapan zat besi lebih optimal.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan dapat menggunakan jus jambu biji merah sebagai salah satu pilihan intervensi non farmakologis untuk mendukung keberhasilan program tablet tambah darah pada ibu hamil. Bidan dapat memberikan konseling dan edukasi sederhana mengenai cara pengolahan jus, takaran yang dianjurkan, serta waktu konsumsi agar ibu lebih mudah menerapkannya di rumah.

3. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan atau kesehatan tentang intervensi gizi non farmakologis pada anemia kehamilan. Mahasiswa dapat mengembangkan penelitian sederhana agar mahasiswa terbiasa memberikan edukasi gizi yang aplikatif kepada masyarakat. Selain itu diharapkan penelitian berikutnya melibatkan jumlah responden yang lebih banyak, menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, juga perlu memperhatikan faktor pola makan, kepatuhan konsumsi, dan lokasi pemeriksaan laboratorium agar hasil lebih akurat dan dapat digeneralisasikan.