

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Pengetahuan ibu hamil sebelum dilakukan *health education* tentang gizi seimbang 1000 HPK yang datang berkunjung di Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo yaitu sebanyak 30 orang atau sebesar 96,8% yang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup.
2. Pengetahuan ibu hamil sesudah dilakukan *health education* tentang gizi seimbang 1000 HPK yang datang berkunjung di Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo yaitu sebanyak 28 orang atau sebesar 90,3% yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik.
3. Ada pengaruh *health education* pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang 1000 HPK yang datang berkunjung di Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo dengan nilai signifikansi ( $P < 0.05$ ).

#### **5.2 Saran**

1. Bagi ibu hamil

Bagi ibu hamil diharapkan metode ceramah dengan menggunakan media flip chart ini dapat menjadi solusi bagi ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan terkait informasi tentang gizi seimbang 1000 hari pertama kehidupan.

2. Bagi Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

Hasil penelitian ini agar dapat dijadikan bahan pendidikan kepada para mahasiswa dan mampu mengaplikasikan metode ceramah dengan menggunakan media flip chart sebagai salah satu metode inovatif dalam memberikan *health education* pada ibu hamil.

### 3. bagi peneliti lanjut

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi atau referensi bagi penelitian selanjutnya

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Zaidin. 2010. *Pengantar Metode Statistik Untuk Keperawatan*. Jakarta:Trans Info Media
- Dinas Kesehatan Kota Gorontalo. 2015. *Hasil pemantauan status gizimenurut kecamatan kota gorontal*.
- Fikawati, S. A. Syafiq, Ph.d. K, Karima, S.Gz. 2015. *Gizi ibu dan bayi*. Edisi 1. Cetakan 1. Jakarta:rajawali pers.
- Hanifah, M. 2010. *Hubungan usia dan tingkat pendidikan dengan pengetahuan wanita usia subur 20-50 tahun tentang periksa payudara sendiri (SADARI)*. Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2014. *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisi data*. Edisi pertama. Jakarta: Salemba Medika.
- Kemendes RI. 2014. *Pedoman gizi seimbang*
- Lutfiah, N. C. Kesumasari, R. Indriasari. 2013. *Studi pengetahuan mengenai masalah gizi dan status gizi pada remaja putri di FKM UNHAS TAHUN 2013*. Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin Makassar
- Modul 1000 hari pertama kehidupan. 2017
- Notoatmodjo, prof. Dr. S. 2010. *Pomosi kesehatan teori dan aplikasi*. Edisi revisi. Jakarta: Rineka Cipta 2010.
- Nursalam. 2016. *metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis*. Edisi 4. Jakarta : Salemba Medika
- Rahmawati, W. N.N. Wirawan, C.S Wilujeng, E. Fadhilah, F.A. Nugroho, I.Y. Habibie, I Fahmi, A.D.I Ventyaningsih. 2016. *Gambaran Masalah Gizi pada 1000 HPK di Kota dan Kabupaten Malang, Indonesia*. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, Juni 2016, Vol.3 No.1. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya
- Riset kesehatan dasar. 2013. Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI.
- Rosha, B. Ch., K. Sari, I. Yunita, N. Amaliah. 2009. *Peran intervensi gizi spesifik dan sensitif dalam perbaikan masalah gizi balita dikota bogor*. Pusat Teknologi Intervensi Kesehatan Masyarakat
- Sugiyono. 2006. *Satatistika Untuk Penelitian* Cetakan Kesembilan. ALFABETA. Bandung
- Trisnawati, Y. S. Purwanti. M, Retnowati. 2016. *Studi deskriptif pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi 1000 hari pertama kehidupan di puskesmas sokarja kabupaten banyumas*. *Jurnal kebidanan*, vol. VIII, No. 02, desember 2016. Akademi kebidanan ylpp Purwakerto.

Unicef indonesia. 2012. *Ringkasan kajian gizi ibu dan anak*

Wahyuni, T. 2015. *Mentoring sebagai upaya meningkatkan pengetahuan WUS tentang gizi seimbang 1000 di wilayah Kelurahan Purwoyoso Semarang*. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Pratama, R. K.O. 2013. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan pengetahuan sikap dan perilaku tentang kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat siswa SDN 1 Mandong. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhamadiyah Surakarta.

Puskesmas kota tengah. 2016. *Data jumlah ibu hamil dan bayi di wilayah kota tengah*. kota Gorontalo

Septiana. 2014. *Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di SMP Islam Ruhama Ciputat*. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.