

BAB VI. PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Hubungan Antara Kecukupan Makronutrien Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Ibu Hamil” dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- a. Tidak terdapat hubungan antara kecukupan karbohidrat terhadap kenaikan berat badan pada ibu hamil.
- b. Tidak terdapat hubungan antara kecukupan protein terhadap kenaikan berat badan pada ibu hamil.
- c. Tidak terdapat hubungan antara kecukupan lemak terhadap kenaikan berat badan pada ibu hamil.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

- a. Bagi Bidang Kedokteran

Diharapkan bagi bidang kedokteran untuk menilai kenaikan berat badan tidak hanya dari konsumsi makronutrien tetapi juga dari aspek-aspek lainnya seperti aktivitas fisik, usia ibu, indeks massa tubuh, dan paritas.

- b. Bagi Penelitian selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menghitung total asupan energi ibu hamil dan komposisi lemak jenuh dan tidak jenuh serta pengambilan data nilai gizi dapat menggunakan metode gabungan antara SQ-FFQ dan 24 hours recall untuk mendapatkan data yang lebih akurat dan actual.