

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik ibu hamil dalam penelitian ini didominasi oleh ibu yang berada pada rentang usia 25–34 tahun, memiliki paritas 1, tidak bekerja, dan berpendidikan menengah. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat dengan tingkat pendidikan yang cukup baik.
2. Terjadi peningkatan berat badan pada ibu hamil baik pada kelompok yang mendapatkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) maupun kelompok yang tidak mendapatkan MBG selama periode pengamatan. Namun, peningkatan berat badan pada kelompok yang mendapatkan MBG lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak mendapatkan MBG.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada penambahan berat badan ibu hamil antara kelompok yang mendapatkan MBG dan kelompok yang tidak mendapatkan MBG ($p=0,003$). Kelompok yang mendapatkan MBG memiliki rata-rata penambahan berat badan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak mendapatkan MBG.
4. Variabel usia, paritas, pekerjaan, dan pendidikan tidak memengaruhi efektivitas Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap penambahan berat badan ibu hamil. Dengan demikian, peningkatan berat badan ibu hamil yang terjadi lebih mencerminkan keberhasilan pelaksanaan Program MBG dibandingkan karakteristik responden yang diteliti. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terbukti efektif sebagai salah satu intervensi untuk mendukung peningkatan berat badan ibu hamil sehingga berpotensi membantu perbaikan status gizi ibu selama kehamilan.

B. SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan kepada Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) Program Makan Bergizi Gratis (MBG) untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas pelaksanaan program karena berdasarkan hasil penelitian Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terbukti efektif dalam meningkatkan penambahan berat badan ibu hamil. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan secara berkala terhadap kepatuhan konsumsi makanan yang diberikan, evaluasi variasi menu, serta penguatan edukasi gizi kepada ibu hamil agar manfaat program dapat diperoleh secara optimal dan berkelanjutan.

2. Bagi Institusi Akademik

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa kebidanan, mengenai pentingnya intervensi gizi selama kehamilan. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan penelitian lebih lanjut terkait efektivitas Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap berbagai indikator kesehatan ibu dan janin.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu pengamatan yang lebih panjang, serta menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi penambahan berat badan ibu hamil seperti tingkat konsumsi energi, asupan protein, status gizi sebelum hamil, usia kehamilan, aktivitas fisik, dan kepatuhan mengonsumsi makanan yang diberikan. Selain itu, penelitian dapat menggunakan desain penelitian yang lebih kuat untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas Program Makan Bergizi Gratis (MBG).

