

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Pada penelitian ini, peneliti memberikan jus jeruk lemon pada ibu hamil yang mengalami anemia ringan khususnya pada Ny. K untuk dikonsumsi satu kali selama satu minggu berturut-turut sebanyak 50 ml air perasan jeruk lemon yang dicampur dengan 150 ml air hangat dan ditambahkan 20 gram gula pasir ini ternyata efektif dapat menaikkan Hb dari 10,5 g/dL menjadi 11 g/dL atau terdapat kenaikan Hb sebesar 0,5 g/dL dan ditunjang dengan konsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti sayuran hijau dan daging-dagingan sehingga penyerapan zat besi menjadi lebih cepat.

#### **5.2 Saran**

##### **1) Bagi Lahan Penelitian**

Asuhan kebidanan yang diberikan diharapkan sesuai dengan standar asuhan pelayanan kebidanan serta mengikuti program pemerintah untuk upaya memantau dan mendeteksi secara dini penyulit dan komplikasi pada proses kehamilan, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir.

##### **2) Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan asuhan kebidanan ini dapat diimplementasikan sebagai referensi mahasiswa dalam meningkatkan proses pembelajaran dan diharapkan penelitian ini dapat terus dikembangkan.

### 3) Bagi Peneliti

Peneliti harus terus meningkatkan ilmu pengetahuan, memperluas wawasan, mengasah keterampilan dalam memberikan asuhan kebidanan, dan kemampuan dalam memberikan konseling terhadap masyarakat. Selain itu, keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini harus diperbaiki sehingga jika penelitian ini dikembangkan kembali dapat mengurangi keterbatasan dan kesenjangan dengan teori. Salah satunya seperti memberikan asuhan kebidanan yang komprehensif dari masa kehamilan hingga kunjungan nifas yang harus dilaksanakan sebagaimana mestinya.