

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang kami dapat tentang gambaran karakteristik ibu nifas dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Usia merupakan faktor risiko perilaku pantang makanan pada ibu nifas dimana semakin matang usia ibu nifas, semakin kecil kemungkinan ibu melakukan pantang makan.
2. Pendidikan merupakan faktor risiko perilaku pantang makanan pada ibu nifas. Pendidikan yang tinggi akan meminimalkan perilaku pantang makan pada ibu nifas.
3. Pekerjaan merupakan salah satu faktor risiko perilaku pantang makan pada ibu nifas, karena dengan bekerja lebih memungkinkan ibu dalam mendapatkan informasi sehingga semakin kecil kemungkinan ibu untuk melakukan pantang makanan selama masa nifas.
4. Kejadian pantang makan dapat terjadi karena disebabkan faktor faktor predisposisi mulai dari umur, pendidikan dan pekerjaan dan lain sebagainya.

5.2 Saran

1. Bagi institusi pendidikan

Melakukan kerja sama kepada instansi terkait untuk dapat meminimalkan faktor risiko kejadian pantang makan selama masa nifas.

2. Bagi Rumah Sakit tempat penelitian

Pelayanan kesehatan terutama bidan untuk melakukan konseling secara aktif tentang nutrisi yang baik selama masa nifas terhadap ibu nifas di wilayah kerjanya untuk menghindari kejadian pantang makan selama masa nifas.

3. Bagi responden

Diharapkan bagi responden lebih mengetahui pentingnya nutrisi yang harus dikonsumsi selama masa nifas

