

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Konsep dasar anemia merupakan satu kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh. Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk kelelahan dan stres pada organ tubuh. Memiliki kadar sel darah merah yang normal dan mencegah anemia membutuhkan kerjasama antara ginjal, sumsum tulang tidak berfungsi, atau tubuh kurang gizi, maka jumlah sel darah merah dan fungsi normal mungkin sulit untuk. Karena sel darah merah yang rendah menyebabkan berkurangnya pengiriman oksigen ke setiap jaringan dalam tubuh, anemia dapat menyebabkan berbagai tanda dan gejala
2. Dalam kasus ibu dengan anemia saat kehamilan penulis menganjurkan ibu untuk mengonsumsi makanan yang bergizi tinggi (tinggi protein, karbohidrat, vitamin dan mineral, seperti nasi, lauk pauk (seperti ikan, hati ayam telur, daging) sayur (seperti bayam merah, kecambah, wortel), buah-buahan (jambu biji, apel, kacang-kacangan), air putih (8 gelas) dan susu (1 gelas).

## **B. Saran**

Adapun saran dalam penelitian ini adalah

1. Bagi Puskesmas

Puskesmas Kota Pontianak diharapkan bagi bidan atau petugas kesehatan yang lainnya dapat mempertahankan mutu pelayanan dan penyuluhan tentang asuhan kebidanan komprehensif bagi ibu hamil dengan anemia.

2. Bagi Pasien

Ibu diharapkan segera memeriksakan diri ke tempat pelayanan kesehatan setempat jika ibu mengalami tanda bahaya dan gejala anemia sehingga tidak berdampak kepada ibu dan bayinya.