

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dengan studi kasus Ny. L dengan Obesitas Disertai Preeklamsia Berat didapatkan hasil :

##### **5.1.1 Faktor Pola Aktivitas Fisik**

Berdasarkan hasil penelitian pada Ny. L, peneliti menemukan faktor yang menyebabkan obesitas yaitu kurangnya aktivitas fisik sebelum hamil dan selama hamil yang dilakukan Ny. L dalam kegiatan rumah tangga seperti menyapu, mengepel dan menjemur dan tidak pernah melakukan olahraga seperti senam hamil sehingga menyebabkan energy yang dikeluarkan kurang maksimal.

##### **5.1.2 Faktor Pola Makan**

Faktor asupan pola makan Ny. L masih belum sesuai dengan pola makan sehat dan gizi seimbang sebelum hamil dan setelah hamil karena makan dengan porsi yang berlebih dalam 1 piring ukuran besar, sering mengkonsumsi makanan asin seperti keripik-keripik dan minuman yang mengandung banyak lemak dan gula seperti mengkonsumsi jus dengan susu kental manis dan makanan yang bersantan. Hal ini menyebabkan jumlah asupan energy yang berlebih pada Ny. L menyebabkan obesitas.

##### **5.1.3 Riwayat Asuhan Kehamilan**

Riwayat asuhan kehamilan berdasarkan hasil penelitian riwayat asuhan kehamilan ibu belum memenuhi standar dengan tatalaksana obesitas. Karena bidan hanya memberikan pendidikan kesehatan secara singkat tidak mendalam sehingga kurangnya pengetahuan tentang komplikasi kehamilan pada Ny. L dan Ny. L selama melakukan pemeriksaan kehamilan tidak diberitahukan kenaikan berat badan yang idelal pada masa kehamilan.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Klien**

Penulis berharap laporan ini dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan untuk dapat melakukan pola hidup sehat dan gizi seimbang seperti ikan, daging, hati dan tempe adalah jenis pangan yang baik untuk ibu hamil karena kandungan zat besinya tinggi dan buah-buahan seperti apel, alpukat, pisang, pepaya serta melon dan mengurangi makanan yang mengandung lemak dan karbohidrat. Serta dapat dijadikan pembelajaran mengenai pentingnya memperhatikan pola aktivitas fisik dengan berolahraga secara teratur sbelum dan sesudah hamil, mengikuti kegiatan senam hamil dan kelas ibu hamil secara teratur , dan memperhatikan kenaikan berat badan sebelum masa kehamilan untuk mencegah terjadinya komplikasi pada kehamilan selanjutnya.

### **5.2.2 Bagi Bidan**

Diharapkan bidan dapat meningkatkan kualitas pelayanan dengan cara petugas selalu melakukan tindakan sesuai SOP yang telah ditetapkan serta meningkatkan kembali pelayanan sesuai standar dan kewenangan bidan melalui deteksi dini pada antenatal care untuk mencegah komplikasi pada kehamilan dengan obesitas.

### **5.2.3 Bagi peneliti**

Dengan disusunnya laporan tugas akhir ini diharapkan peneliti dapat mendeteksi kegawatdaruratan dengan benar selama menjalani pendidikan serta menegakkan diagnose dengan tepat dan mampu melakukan penatalaksanaan kehamilan dengan obesitas sesuai dengan standar dan wewenangan yang berlaku.