

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar balita dalam penelitian ini memiliki rentang usia 1-3 tahun (77,8%), dengan rata-rata usia balita 2,7 tahun. Distribusi jenis kelamin menunjukkan bahwa 54,4% balita berjenis kelamin laki-laki dan 46,7% berjenis kelamin perempuan.
2. Berdasarkan hasil distribusi asupan energi balita menunjukkan bahwa 46,7% balita memiliki asupan energi kurang. Rata-rata konsumsi balita sebesar 856,6 kkal/hari dengan variasi cukup lebar yaitu 401,55-1.268,55 kkal
3. Berdasarkan hasil distribusi asupan protein balita menunjukkan bahwa sebagian besar balita (73,3%) memiliki asupan protein yang cukup, namun masih terdapat 26,7% balita yang memiliki asupan protein kurang. Rata-rata konsumsi protein balita sebesar 17,38 gram/hari dengan rentang 9,95-45 gram.
4. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui terdapat 31,1% balita yang tergolong memiliki status gizi berat badan kurang berdasarkan indeks BB/U dan terdapat sejumlah 68,9% balita yang memiliki status gizi normal atau lebih. Sementara itu, berdasarkan indeks BB/TB terdapat 17,8% balita yang memiliki status gizi kurang dan 82,2% yang memiliki status gizi normal atau lebih.

5. Terdapat perbedaan antara asupan energi dan protein dengan status gizi balita berdasarkan indikator BB/U dan BB/TB di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret Bantul. Hal ini menunjukkan bahwa balita dengan asupan energi dan protein yang kurang cenderung memiliki status gizi kurang pada kedua indikator antropometri tersebut.

B. Saran

1. Bagi Keluarga Balita

Keluarga balita diharapkan dapat meningkatkan perhatian terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang diberikan balita untuk memenuhi kebutuhan energi dan protein. Selain itu juga dapat melakukan pemantauan rutin terkait pertumbuhan balita di Posyandu untuk deteksi dini masalah gizi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian serupa dengan cakupan sampel yang lebih luas, serta menambah variabel lain yang berpotensi memengaruhi status gizi balita, seperti pola asuh, pengetahuan ibu, dan tingkat ekonomi keluarga. Selain itu, pengumpulan data sebaiknya dilakukan menggunakan metode wawancara tatap muka secara langsung agar proses klarifikasi informasi lebih optimal dan dapat meminimalkan potensi bias yang mungkin muncul pada metode wawancara jarak jauh.

3. Bagi Puskesmas Pleret

Puskesmas Pleret diharapkan dapat mengoptimalkan program penyuluhan gizi mengenai pentingnya asupan energi dan protein bagi pertumbuhan

balita. Selain itu, dapat meningkatkan sistem pemantauan status gizi balita secara berkala melalui kader Posyandu.