

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan pola makan anak dengan status gizi anak di Taman Kanak-kanak Dewi Kumara Tabanan didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan ibu sebagian besar memiliki kategori baik 57 sampel (87.7%), cukup 4 sampel (6.2%), dan kurang 4 sampel (6.2%).
2. Pola makan dengan kategori baik sebanyak 56 sampel (86.2%), kategori cukup sebanyak 9 sampel (13.8%).
3. Jenis bahan makanan sampel dengan kategori baik 53 sampel (81.5%), kategori cukup 9 sampel (13.8%), dan kategori kurang 3 sampel (4.6%).
4. Frekuensi makan sampel dengan kategori baik 51 sampel (78.5%) dan cukup 14 sampel (21.5%).
5. Jumlah asupan energi sampel dengan kategori baik 19 sampel (29.2%) dan cukup 46 sampel (70.8%).
6. Jumlah asupan protein sampel dengan kategori baik 12 sampel (18.5%) dan cukup 53 sampel (81.5%).
7. Status gizi sampel dengan kategori status gizi baik 46 sampel (70.8%), status gizi lebih sampel (20.0%), dan status gizi obesitas 6 sampel (9.2%).
8. Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pola makan dengan nilai $r = 0.030$ dan $p = 0.814$.
9. Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi dengan nilai $r = 0.350$ dan $p = 0.004$.

10. Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan status gizi dengan nilai $r = 0.460$ dan $p = 0.000$.
11. Tidak ada hubungan antara jenis makan dengan status gizi dengan nilai $r = 0.064$ dan $p = 0.611$.
12. Ada hubungan yang signifikan antara jumlah makan dengan status gizi dengan nilai $r = 0.358$ dan $p = 0.003$.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti dapat menyarankan sebagai berikut :

1. Dari hasil penelitian terdapat anak yang memiliki status gizi lebih dan obesitas, sehingga orang tua anak perlu memperhatikan pola makan anak khususnya dalam jumlah/asupan yang diberikan tidak berlebih, sehingga anak tidak memiliki status gizi lebih.
2. Diperlukannya perhatian khusus dari pihak orang tua maupun sekolah mengenai pola makan yang sehat. Sehingga perlu mengenalkan dan memberikan pengetahuan tentang pentingnya pola makan yang sehat kepada anak dan pentingnya membawa bekal makanan dari rumah.