

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

1. Sebagian besar responden memiliki usia 48-59 bulan (41,8%), diikuti usia 24-35 bulan (40%), dan paling sedikit yaitu usia 36-47 bulan (18,2%). Berdasarkan jenis kelamin, anak responden berjenis kelamin perempuan sebanyak (50,9%), dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak (49,1%). Berdasarkan status ibu bekerja, ibu bekerja sebanyak 36 orang (65,5%), dan yang tidak bekerja sebanyak 19 orang (34,5%). Berdasarkan pendidikan terakhir ibu, responden memiliki mayoritas pendidikan terakhir SMA sebanyak 31 orang (56,4%), perguruan tinggi sebanyak 20 orang (36,4%), SMP sebanyak 3 orang (5,5%), diikuti SD sebanyak 1 orang (1,8%).
2. Sebagian besar responden memiliki perilaku *feeding rules* cukup yaitu sebanyak 33 responden (60,0%), yang mencerminkan perilaku pemberian makan yang dilakukan oleh ibu tergolong sudah cukup baik.
3. Sebagian besar responden tidak *picky eating* yaitu sebanyak 33 responden (60,0 %). Hal ini ditandai dengan perilaku pemberian makan ibu yang sudah cukup, dengan ibu selalu menerapkan pemberian jadwal makan pada anak, serta ibu sering memberikan makanan baru secara bertahap pada anak.
4. Terdapat hubungan antara perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* dengan nilai  $r = -0,572$ , arah hubungan negatif, dan kekuatan hubungan sedang. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang dimiliki sedang antara perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating*. Korelasi

negatif menunjukkan bahwa semakin baik perilaku *feeding rules* maka kejadian *picky eating* semakin rendah.

## **B. Saran**

### **1. Bagi tenaga kesehatan**

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif terkait masalah makan pada anak dengan edukasi mengenai penerapan *feeding rules* serta dampak *picky eating* jika terus menerus terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak.

### **2. Bagi masyarakat**

Masyarakat khususnya ibu yang memiliki balita diharapkan dapat menerapkan *feeding rules* dengan baik seperti memberikan jadwal makan, menciptakan lingkungan makan yang nyaman dan menyenangkan serta mengurangi distraksi saat makan untuk mencegah terjadinya *picky eating* pada anak.

### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan memperhatikan dan mempertimbangkan faktor faktor lain yang mempengaruhi kejadian *picky eating*. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk dapat menganalisis lebih kompleks hasil penelitian.