

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan tujuan khusus yang telah ditetapkan, dapat di tarik simpulan sebagai berikut :

- a) Tingkat pengetahuan sampel masalah pentingnya penggunaan garam beriodium di rumah tangga yang kurang di perhatikan.
- b) Cara penggunaan bahan makanan menggunakan garam beriodium, pada cara penggunaan garam beriodium sebagian besar sampel menambahkan garam beriodium pada saat memasak mengapa demikian karena sampel kurang mengetahui cara menggunakan garam beriodium yang benar, pada proses pemasakan.
- c) Cara penyimpanan garam beriodium pada wadah yang terbuka sebagian besar sampel menggunakan toples tembus cahaya dan menggunakan plastik pembungkus.
- d) Tingkat konsumsi garam beriodium paling banyak berkisar antara 1 gram sampai dengan 8 ibu yang mengkonsumsi garam beriodium. Tingkat konsumsi garam beriodium yang rendah di pengaruhi oleh ketersediaan dagang, dan keterbatasan ekonomi.

B. Saran

1. Sebaiknya petugas kesehatan terkait perlu menginformasikan tentang pentingnya mengetahui pentingnya mengkonsumsi garam beriodium, di balik garam beriodium memberikan rasa pada bahan makanan, garam beriodium juga penting untuk kecerdasan otak, tumbang kembang balita, berkurangnya penyakit gondok yang ada.
2. Sebaiknya ibu mengetahui cara penyimpanan dan cara penggunaan garam beriodium yang baik dan benar, supaya pada saat memasak sampel tidak menambahkan garam beriodium, sebaiknya garam beriodium ditambahkan pada saat masakan matang dan dalam keadaan dingin.