BAB VI

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa keseluruhan usia balita dengan stunting di wilayah kerja Puskesmas Ubud 1 berada pada rentang usia 30-60 bulan dengan kualitas tidur pada balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Ubud 1 berada dalam kategori baik dengan terpenuhinya ketujuh komponen kualitas tidur diantaranya kualitas tidur secara subjektif diasumsikan cukup baik, durasi tidur diketahui selama 8-10 jam pada malam hari, latensi tidur dapat diketahui berkisar 2-30 menit lamanya, efisiensi tidur dapat diketahui dari rata-rata tidur pukul 6-10 malam, bangun pukul 6-8 pagi dengan lama waktu tidur dengan pulas selama 8-10 jam, penggunaan obat tidur dapat diketahui berdasarkan asumsi responden mengatakan balitanya tidak mengonsumsi obat-obatan untuk dapat tertidur, disfungsi siang hari dapat diasumsikan secara subjektif mengenai kebiasaan tidur siang balita yang belum terpenuhi secara maksimal, gangguan tidur dapat diketahui dari kebiasaan balitanya pada saat tidur malam seperti bangun ditengah malam, kepanasan dan keinginan buang air kecil.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Penulis berharap dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi puskesmas untuk dapat meningkatkan pengelolaan SDM dalam pemberian pelayanan kesehatan salah satunya dengan meningkatkan pelayanan pada jejaring posyandu desa dengan di dukung oleh bidan untuk mengajak orang tua dan

keluarga balita untuk melakukan berbagai upaya dalam pencegahan masalah stunting sejak dini sehingga masalah stunting dapat teratasi dengan maksimal.

2. Bagi responden

Penulis berharap orang tua dari responden selalu dapat menerima masukan dan saran positif terkait kesehatan balita serta dapat berperan aktif dalam mengikuti program kesehatan untuk balita, seperti rutin mengunjungi posyandu untuk melakukan pemeriksaan kesehatan pada balita dan memantau perkembangan balita baik fisik maupun memahami pemberian gizi seimbang untuk balita sesuai usianya dan berupaya memenuhi kebutuhan istirahat tidur balitanya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penulis berharap penelitian ini dapat dijadikan bahan dasar untuk penelitian selanjutnya, dengan mengembangkan ruang lingkup penelitian dan menggunakan metode penelitian yang berbeda sehingga dapat memperdalam penelitian agar dapat memperoleh hasil yang lebih baik.