

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang di laksanakan di Desa Tawang Kecamatan Wates Kabupaten Kediri pada bulan januari – juni untuk mengetahui Gambaran Pola Makan , Tingkat Konsumsi (Energy dan Protein) dan Status Gizi Balita di Desa Tawang Kecamatan Wates Kabupaten Kediri maka dapat di kemukakan kesimpulan

1. Berdasarkan hasil dan pembahsan, sebagian besar responden di desa tawang 100% mengkonsumsi nasi lebih dari 1 kali perhari, 51% responden mengkonsumsi lauk hewani 1-6 kali perminggu yaitu telur ayam, 57% responden mengkonsumsi lauk nabati 1-6 kali perminggu yaitu tempe, 48% responden mengkonsumsi sayuran 1-6 kali perminggu yaitu bayam, 51% responden mengkonsumsi buah-buahan 1-6 kali perminggu yaitu buah jeruk , 57% responden mengkonsumsi susu formula 1-6 kali perminggu,dan 71% responden mengkonsumsi ciki snack lebih dari 1 kali perhari.
2. Berdasarkan hasil dan pembahasan Tingkat konsumsi energi responden di Desa Tawang Kecamatan Wates Kabupaten Kediri , 86% masuk dalam kategori deficit, dan 14 % masuk dalam kategori normal.
3. Berdasarkan hasil dan pembahasan Tingkat konsumsi protein responden di Desa Tawang Kecamatan Wates Kabupaten Kediri, 91% masih dalam kategori defisit dan 9% masuk dalam kategori normal.

4. Berdasarkan Hasil dan Pembahasan Status gizi responden di Desa Tawang Kecamatan Wates Kabupaten Kediri 86% berstatus gizi baik.
5. Berdasarkan Hasil dan Pembahasan Gambaran tingkat konsumsi energi menurut pola makan di Desa Tawang 86% balita mengkonsumsi nasi ≥ 1 kali/hari dengan tingkat konsumsi energy masuk dalam kategori defisit, dan 14% balita mengkonsumsi nasi ≥ 1 kali/hari masuk dalam kategori normal.
6. Berdasarkan Hasil dan Pembahasan Gambaran tingkat konsumsi protein menurut pola makan di Desa Tawang 55% responden mengkonsumsi protein nabati dan hewani 1-6 kali perminggu yaitu tempe dan telur ayam, tetapi tingkat konsumsi protein masih tergolong defisit.
7. Berdasarkan Hasil dan Pembahasan Gambaran status gizi menurut tingkat konsumsi energi responden di Desa Tawang 84% balita memiliki status gizi baik dengan tingkat konsumsi energy defisit.
8. Berdasarkan Hasil dan Pembahasan Gambaran status gizi menurut tingkat konsumsi protein responden di Desa Tawang 88% termasuk gizi baik dengan tingkat konsumsi protein defisit.

1.2. Saran

1. Berdasarkan Kesimpulan di dapat masalah Tingkat Konsumsi Energy dan Protein sehingga di sarankan untuk orang tua responden sebaiknya memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan balita, karena setiap jenis bahan makanan memiliki kandungan zat gizi yang berbeda-beda . jangan memberikan jajanan toko sebelum balita makan agar balita tidak kenyang sebelum di berikan makanan , sehingga energi dan protein serta zat gizi yang lainnya terpenuhi.
2. Berdasarkan Kesimpulan di dapat masalah Tingkat Konsumsi Energy dan Protein sehingga di sarankan untuk petugas gizi sebaiknya selalu memantau perkembangan balita di desa tersebut agar tidak ada balita yang mengalami masalah gizi. Lebih sering mengadakan penyuluhan khususnya kepada ibu yang memiliki balita , dalam peningkatan gizi khususnya dalam pola pemberian makan , agar konsumsi energy dan protein terpenuhi sehingga tidak mempengaruhi status gizi balita.