

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap pengetahuan gizi ibu dengan peningkatan sebesar 15,0%.
2. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh tidak signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap sikap ibu namun dapat meningkatkan sikap ibu sebesar 0,83%.
3. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh tidak signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap keterampilan ibu namun dapat meningkatkan keterampilan ibu sebesar 4,68%.
4. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap pola makan balita pada kelompok pangan gula, sayur dan buah, namun memberikan pengaruh tidak signifikan terhadap pola makan balita pada kelompok pangan padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah/biji berminyak dan kacang-kacangan.
5. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh tidak signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap tingkat konsumsi energi balita namun dapat meningkatkan tingkat konsumsi energi sebesar 15,80%.
6. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap tingkat konsumsi protein balita dengan peningkatan sebesar 31,29%.

7. Konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit memberikan pengaruh tidak signifikan pada tingkat kepercayaan 95% terhadap pertumbuhan berat badan balita namun dapat meningkatkan pertumbuhan berat badan sebesar 0,33%.

#### **B. Saran**

Hasil penelitian intervensi konseling gizi seimbang 4 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu 60 menit belum dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap sikap, keterampilan, pola makan dan pertumbuhan berat badan balita. Sehingga perlu dilakukan pendampingan selama 3 bulan frekuensi 1 minggu sekali dengan waktu setiap pertemuan 60 menit dengan memberikan edukasi disertai praktek pemberian makan yang baik pada balita sehingga sikap dan keterampilan ibu dapat meningkat.