

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian “Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dengan Status Gizi Balita Usia 6-59 Bulan di Posyandu Seruni Kelurahan Jodipan Kota Malang” dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata tingkat konsumsi energi pada balita yaitu 89,73% (normal).
2. Rata-rata tingkat konsumsi protein pada balita yaitu 219,04% (kelebihan/berlebih).
3. Rata-rata tingkat konsumsi lemak pada balita yaitu 117,42% (normal).
4. Rata-rata tingkat konsumsi karbohidrat pada balita yaitu 67,40% (defisit tingkat berat).
5. Rata-rata tingkat konsumsi vitamin C pada balita yaitu 46,84% (defisit tingkat berat).
6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB pada α 0,05.
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB pada α 0,05.
8. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi lemak dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB pada α 0,05.
9. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB pada α 0,05.
10. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi vitamin C dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB pada α 0,05.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi zat gizi dengan status gizi (BB/TB), maka dari itu peneliti menyarankan agar orang tua balita senantiasa menjaga higienitas makanan dan lingkungan dikarenakan adanya beberapa balita yang terkena infeksi penyakit seperti diare. Hal ini dapat dilakukan dengan beberapa cara sebagai berikut.

1. Menjaga kebersihan lingkungan dan alat makan yang hendak digunakan oleh balita.
2. Menyimpan bahan makanan sesuai dengan jenisnya masing-masing.
3. Menggunakan APD pada saat mengolah makanan, contohnya seperti memakai sarung tangan.