

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Balita dengan pola makan yang kurang baik terdapat 18 balita (60%), sedangkan balita dengan pola makan yang baik terdapat 12 balita (40%).
2. Tingkat konsumsi balita dengan kategori baik terdapat 14 balita (46,67%), sedangkan balita dengan tingkat konsumsi kurang sebanyak 16 balita (53,3%).
3. Dari 30 responden balita, terdapat 16 balita (53,3%) dengan status gizi baik dan balita dengan status gizi kurang terdapat 14 balita (46,7%)
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi balita pada  $\alpha$  0,05
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi balita pada  $\alpha$  0,05
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan tingkat konsumsi energi balita pada  $\alpha$  0,05

#### **B. Saran**

Mengingat saat penelitian terdapat balita yang tidak mau makan sayur sama sekali, dan hanya mau makan makanan cepat saji sehingga terdapat ibu balita yang masih salah dalam menerapkan pola makan yang baik kepada anak. Untuk menambah wawasan ibu balita sehingga ibu balita bisa memiliki alternatif lain untuk memberikan makanan yang bergizi kepada anak maka perlu dilakukan penyuluhan oleh kader posyandu tentang makanan yang aman dan bergizi untuk balita, dengan media leaflet yang berisi bahan makanan pengganti dan variasi makanan untuk balita sehingga menambah nafsu makan balita.