

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro (Protein, Lemak, Karbohidrat) dengan Status Gizi Balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo” diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi (energi, protein, lemak, karbohidrat) dengan status gizi di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo dengan rincian sebagai berikut:

1. Tingkat konsumsi zat gizi makro energi dari 32 responden balita, yaitu 38% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro energi kurang sebanyak 12 balita dan 62% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro energi baik sebanyak 20 balita.
2. Tingkat konsumsi zat gizi makro protein dari 32 responden balita, yaitu 38% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro protein kurang sebanyak 12 balita dan 62% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro protein baik sebanyak 20 balita.
3. Tingkat konsumsi zat gizi makro lemak dari 32 responden yaitu 50% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro lemak kurang sebanyak 16 balita dan 50% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro lemak baik sebanyak 16 balita.
4. Tingkat konsumsi zat gizi makro karbohidrat dari 32 responden balita, yaitu 59% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro karbohidrat kurang sebanyak 19 balita dan 41% dengan tingkat konsumsi zat gizi makro karbohidrat baik sebanyak 13 balita.
5. Status gizi dari 32 responden balita yaitu terdapat 44% balita gizi kurang sebanyak 14 balita dan 56% balita gizi baik sebanyak 18 balita.
6. Terdapat hubungan yang signifikan pada α 0,05 antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi (BB/TB) pada balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo.
7. Terdapat hubungan yang signifikan pada α 0,05 antara tingkat konsumsi protein dengan status gizi (BB/TB) pada balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo.
8. Terdapat hubungan yang signifikan pada α 0,05 antara tingkat

konsumsi lemak dengan status gizi (BB/TB) pada balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo.

9. Terdapat hubungan yang signifikan pada α 0,05 antara tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi (BB/TB) pada balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo.

B. Saran

1. Pada saat pengambilan data di posyandu mengalami penghambatan saat melakukan pengukuran antropometri pada balita ditemukan pada proses penimbangan kebanyakan balita tidak mau ditimbang. Disarankan agar tempat posyandu dimodifikasi senyaman dan semenarik mungkin agar balita tertarik dan mau untuk ditimbang.
2. Ditemukan pada hasil recall 3x24 jam kebanyakan balita konsumsinya kurang beragam sehingga cepat merasa bosan dan tidak nafsu makan, sehingga perlu diberikan alternatif lain seperti memberikan porsi makan balita sesuai dengan gizi seimbang yang terdiri dari makanan pokok, sayuran, lauk pauk, dan buah-buahan.