

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian jurnal-jurnal yang telah dilakukan analisis dapat diterik kesimpulan yakni :

1. Pengetahuan ibu balita meningkat setelah diberi konseling gizi pada semua literatur yang diteliti
2. Sikap ibu balita meningkat setelah diberi konseling gizi pada lima literature yang diteliti
3. Tingkat konsumsi energi meningkat 9,4% dan protein meningkat 15,2%.
4. Konseling gizi dengan frekuensi 4 kali dalam 1 bulan berpengaruh terhadap pengetahuan gizi ibu (Kusumaningrum, 2018). Selain itu dalam penelitian Rahmawari, dkk (2017); Azzahra, dkk (2015) dan Pratiwi, dkk (2016) menunjukkan bahwa konseling gizi dengan frekuensi 3 kali dalam 21 hari dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita. Sedangkan Penelitian Yusuf, dkk (2012) dengan frekuensi konseling gizi 6 kali dalam 6 minggu dapat meningkatkan pengetahuan gizi. Sedangkan dalam penelitian Rahayu, dkk (2018); dan Kamila, dkk (2018), tidak mencantumkan konseling dilakukan berapa kali, namun ada pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan ibu balita
5. Pemberian pendidikan kesehatan melalui konseling gizi dapat mempengaruhi peningkatan sikap responden mengenai gizi seimbang pada balita dalam pencegah gizi buruk dengan hasil analisis statistik  $p < 0,05$  yaitu pada penelitian Rahmawati, dkk (2017); Pratiwi, dkk (2016); dan Azahra, dkk (2015). Namun pada penelitian Kusumaningrum, dkk (2018); dan Yusuf, dkk (2012) menunjukkan bahwa konseling gizi tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap sikap ibu balita dengan hasil analisi statistik  $p = >0,05$
6. Tingkat konsumsi energi meningkat 9,4% dan protein 15,2% namun berdasarkan hasil analisis *Paired T-Test* pada tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p value* 0,111 dan *p value* 0,272 yang menunjukkan bahwa konseling gizi tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat konsumsi balita gizi kurang (Kusumaningrum, 2018)

## **B. Saran**

Saran berdasarkan hasil penelitian studi literature ini yaitu melakukan monitoring dan evaluasi terhadap pelaksanaan konseling gizi supaya mengantisipasi jika ibu balita kurang memahami materi konseling gizi, dan penggunaan form monitoring dan evaluasi balita untuk memantau status gizi dan asupan balita.