

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Penelitian telah dilakukan pada 33 responden menunjukkan hasil bahwa “Gambaran Nafsu Makan Anak dengan Bekal *Food Art* pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) di RA Darul Hikmah Depok”, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- a. Dalam penelitian ini diperoleh mayoritas anak memiliki jenis kelamin laki-laki sebanyak 19 anak (57,6%). Mayoritas anak dengan usia 5 tahun sebanyak 24 anak (72,7%). Sedangkan untuk status nutrisi anak berdasarkan perhitungan IMT/U mayoritas siswa berada dalam rentang normal yaitu sebanyak 32 anak (97%).
- b. Dalam penelitian ini diperoleh nafsu makan anak-anak prasekolah saat sebelum membawa bekal *food art* sejumlah 21 anak (63,6%) termasuk ke dalam kategori kurang nafsu makan. Setelah membawa bekal *food art* terjadi penurunan sejumlah 2 anak (6,1%) yang termasuk dalam kategori nafsu makan kurang. Selain itu, penelitian ini mengungkapkan kalau nafsu makan anak-anak prasekolah saat sebelum membawa bekal *food art* sejumlah 12 anak (36,4%) termasuk ke dalam kategori nafsu makan baik. Kemudian terjadi peningkatan yang signifikan setelah membawa bekal *food art* sebanyak 31 anak (93,9%) termasuk dalam kategori nafsu makan baik.
- c. Dari 24 pernyataan mengenai nafsu makan anak sebelum dan setelah membawa bekal *food art* menunjukkan dampak yang signifikan terhadap peningkatan nafsu makan anak. Setelah penerapan *food art*, anak-anak menunjukkan minat dan kesenangan yang lebih tinggi terhadap kenikmatan makanan dibandingkan sebelum penggunaan *food art*. Hal ini terlihat dari peningkatan frekuensi menyukai, tertarik, menantikan, dan menikmati makanan. Sebelum penerapan *food art*, anak-anak sering merasa kenyang sebelum selesai makan. Setelah penerapan *food art*,

terdapat penurunan dalam frekuensi respon kenyang anak, menunjukkan bahwa *food art* dapat memperbaiki kemampuan anak untuk makan lebih banyak. Sebelumnya, anak-anak sering makan dengan lambat. Namun, setelah penerapan *food art*, mereka menghabiskan makanan lebih cepat, menunjukkan peningkatan dalam kecepatan makan anak-anak. Sebelum *food art*, anak-anak sering menunjukkan respon rewel saat makan dan menolak makanan baru. Setelah penerapan *food art*, respon rewel anak berkurang dan anak ingin mencoba makanan baru, menunjukkan bahwa *food art* membantu mengurangi respon rewel saat anak makan. Sebelum penerapan *food art*, anak-anak menunjukkan minat yang tidak konsisten terhadap makanan. Setelah penerapan *food art*, respon makan anak-anak meningkat secara signifikan, dengan anak-anak lebih sering menyukai dan tertarik pada makanan yang disajikan.

## **V.2 Saran**

### **V.2.1 Bagi Orang Tua**

Diharapkan orangtua dapat lebih kreatif dan variatif dalam menyajikan makanan untuk anak. Kemudian diharapkan hasil penelitian gambaran nafsu makan anak dengan bekal *food art* mampu menjadi salah satu variasi yang dapat dilakukan orang tua dalam menanggulangi permasalahan kurangnya minat makan anak prasekolah dikarenakan setelah dilakukan penelitian nafsu makan anak menjadi lebih baik dan termasuk ke dalam kategori nafsu makan baik.

### **V.2.2 Bagi Lembaga Pelayanan Kesehatan**

Diharapkan setelah dilakukannya penelitian, *food art* dapat menjadi strategi yang inovatif dalam meningkatkan nafsu makan anak agar status nutrisi anak tetap seimbang. Diharapkan dengan dilakukannya *food art* dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pola makan sehat pada anak-anak dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan anak secara optimal.

### **V.2.3 Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan**

Diharapkan setelah dilakukannya penelitian gambaran nafsu makan anak dengan bekal *food art* dapat menjadi bahan pembelajaran dalam mengoptimalkan nafsu makan anak. Dikarenakan penyajian bekal dengan konsep *food art* ini dapat menarik perhatian anak dan membuat anak menjadi tidak bosan terhadap bekalnya.

### **V.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan peneliti lainnya dapat melaksanakan penelitian menggunakan cakupan lebih luas sehingga mampu digeneralisasikan. Kemudian, diharapkan peneliti berikutnya dapat melakukan pendekatan yang lebih holistik agar dapat menggambarkan tingkat nafsu anak secara objektif. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menentukan waktu yang tepat untuk melaksanakan pengambilan data *food art* sesuai dengan jadwal siswa di sekolah agar pengambilan data berlangsung dengan kondusif dan lancar.