

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Hubungan Pola Makan dengan Kejadian *Underweight* pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Cimpaeun Kota Depok", dapat disarikan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia balita di Wilayah Kerja Puskesmas Cimpaeun adalah 41 bulan, dengan mayoritas balita berjenis kelamin laki-laki (53,3%). Rata-rata usia ibu adalah 32 tahun, dengan sebagian besar ibu memiliki pendidikan terakhir SMA (43,0%) dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (79,3%).
- b. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas balita dalam penelitian ini memiliki pola makan yang baik sebanyak 72 balita (53,3%), namun 63 balita (46,7%) tercatat memiliki pola makan yang kurang.
- c. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa balita di Wilayah Kerja Puskesmas Cimpaeun Kota Depok tidak mengalami *underweight*, yakni sebanyak 92 balita (68,1%) dan 43 balita (31,9%) lainnya mengalami *underweight*.
- d. Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian *underweight* pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Cimpaeun Kota Depok nilai p (*p-value*) sebesar 0,044 (<0,05).

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Orang Tua

- a. Orang tua, terutama ibu, perlu meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pola makan seimbang untuk tumbuh kembang balita. Edukasi mengenai makanan bergizi yang mencakup semua kelompok pangan (karbohidrat, protein, lemak, sayuran, dan buah) harus diberikan secara lebih intensif.

- b. Orang tua disarankan untuk memantau secara rutin perkembangan berat badan balita di posyandu atau puskesmas. Hal ini penting untuk mendeteksi dini potensi masalah gizi seperti *underweight*.
- c. Orang tua dapat dilibatkan dalam proses penyusunan menu makanan sehari-hari untuk balita, dengan memperhatikan variasi, kecukupan gizi, dan frekuensi pemberian makan.

V.2.2 Bagi Institusi Kesehatan dan Pemerintahan

- a. Puskesmas dan institusi kesehatan lainnya dapat meningkatkan program penyuluhan tentang pola makan yang sehat bagi orang tua, terutama bagi ibu dengan anak di bawah usia 5 tahun.
- b. Melakukan intervensi gizi berbasis wilayah untuk mengurangi prevalensi *underweight* pada balita, termasuk distribusi makanan bergizi atau suplemen untuk keluarga berpendapatan rendah.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk menyelidiki faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian *underweight* pada balita, seperti akses terhadap layanan kesehatan, pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh ibu, dan faktor sosial-ekonomi, yang semuanya dapat berperan dalam status gizi anak.