

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan terhadap kejadian obesitas anak usia 2-5 tahun (p value = 0,002), dimana pengetahuan ibu yang baik menurunkan kejadian obesitas sedangkan pengetahuan ibu yang kurang dan cukup meningkatkan kejadian obesitas.
2. Frekuensi atau jadwal makan balita masih dalam batas normal yaitu mayoritas 3 kali dalam sehari pada balita normal, overweight maupun obesitas, tidak ada frekuensi makan yang >3x dalam sehari.
3. Menu atau jenis makanan yang disajikan ibu pada balita obesitas mayoritas hanya nasi dan lauk saja. Sedangkan camilan atau makanan kudapan yang biasanya dikonsumsi balita obesitas adalah biskuit (17 balita) dan hanya 6 balita obesitas yang mengonsumsi potongan buah.

7.2 Saran

1. Ibu
 - a. Diharapkan kepada ibu yang memiliki anak obesitas untuk melakukan konsultasi gizi dengan ahli gizi
 - b. Dengan pengetahuan ibu yang memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang tentang pola makan, maka perlu ditingkatkan pengetahuan ibu tentang pola makan dari berbagai sumber informasi seperti media

massa, media elektronik, konsultasi dengan tenaga kesehatan (ahli gizi), mengikuti penyuluhan atau seminar gizi balita dan lain sebagainya.

2. Bidan dan Ahli Gizi Puskesmas

Perlu dilakukan peningkatan kemampuan kader-kader posyandu wilayah kerja Puskesmas Kendalsari untuk lebih memahami dalam mengkategorikan antara balita overweight dengan balita obesitas.

