

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diperoleh beberapa kesimpulan dan saran sebagai berikut:

1. Kecukupan energi dan protein anak balita di posko sinabung yang berjumlah sepuluh anak balita, 3 anak balita perempuan dan 7 anak balita laki – laki untuk kecukupan energi dan protein anak balita tersebut baik dan mencukupi tetapi ada beberapa anak balita yang tidak mencukupi dikarenakan anak tersebut tidak suka makan lebih cenderung bermain main dengan teman sebayanya. Untuk kecukupan protein yaitu anak balita sebesar 90% kelebihan, 10% baik. Sedangkan untuk tingkat kecukupan energi pada anak balita di posko 10% anak balita kelebihan, 10% anak balita baik, 50% sedang, 20% anak balita kurang dan defisit 10%.
2. Konsumsi makanan yang mengandung energi dan protein di makanan anak balita tergantung apa yang dimasak di posko, menu makanan untuk satu hari sama, dari pagi sampai malam, dan menu makanan orang dewasa dan anak balita menunya tetap sama. Tetapi stok susu dan roti untuk anak balita selalu ada di posko.
3. Hasil kecukupan energi dan protein anak balita diketahui yang kecukupan energinya Baik dengan tingkat kecukupan Protein yang

Berlebih 1 orang (10%). Anak balita yang kecukupan energinya Sedang dengan tingkat kecukupan Protein yang Berlebih 5 orang (50%). Anak balita yang kecukupan energinya Kurang dengan tingkat kecukupan Protein yang Baik 1 orang (10%). Anak balita yang kecukupan energinya Kurang dengan tingkat kecukupan Protein yang Berlebih 2 orang (20%) dan anak balita yang kecukupan energinya Defisit dengan tingkat kecukupan Protein yang Berlebih 1 orang (10%).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas penulis menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Untuk di posko perlu diadakan penyuluhan kepada orang tua anak balita yang tinggal di posko bahwasanya untuk memenuhi tingkat kecukupan gizi pada anak balita sangatlah penting bagi perkembangan tubuh anak. Dan apabila tingkat kecukupan gizi pada anak tercukupi, maka untuk perkembangan tubuh anak sangat baik.
2. Melihat sumbangan yang dikonsumsi jajanan anak balita dapat membantu memenuhi kecukupan gizi anak balita, maka disarankan kepada para orang tua untuk memenuhi jajanan yang cukup protein dan energi untuk anak balita mereka.