

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan:

1. Usia balita didominasi usai 36-47 bulan sebanyak 22 orang (38,6%). Balita dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 26 orang (45,6%) dan perempuan sebanyak 31 orang (54,4%). Usia ibu didominasi oleh ibu berusia 25-29 tahun sebanyak 34 orang (59,6%). Pendidikan ayah terakhir ayah didominasi tamatan SMA sebanyak 29 orang (50,9%). Pendidikan terakhir ibu didominasi tamatan SMA sebanyak 35 orang (35%). Pekerjaan ayah didominasi oleh ayah yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 23 orang (40,4%). Pekerjaan ibu didominasi oleh ibu rumah tangga sebanyak 44 orang (77, 2%). Pendapatan keluarga didominasi pada kategori sedang (Rp. 1.500.000-3.500.000,-) sebanyak 46 keluarga (80,7%). Jumlah anggota keluarga didominasi oleh kategori keluarga kecil (1-4 orang) sebanyak 71,9%).
2. Status gizi balita didominasi oleh kategori normal, yaitu sebanyak 38 orang (66,7%) dari total 57 responden, sedangkan balita dengan status gizi lebih berjumlah 19 orang (33,3%).
3. Balita dengan asupan karbohidrat lebih ($>60\%$), sebanyak 22 balita (38,6%), balita dengan asupan karbohidrat kategori cukup (50-60%), sebanyak 20 balita (35,1%) dan balita dengan asupan karbohidrat kategori kurang ($<50\%$) sebanyak 15 balita (26,3%).

4. Balita dengan asupan lemak dalam kategori lebih ($>30\%$), sebanyak 35 balita (61,4%). Balita dengan asupan lemak kategori cukup (25-30%) sebanyak 14 balita (24,6%) Balita dengan asupan lemak kategori kurang ($<25\%$) sebanyak 8 balita (14,0%).
5. Hasil analisis uji chi-square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan kejadian kegemukan ($p\text{-value}=0,009$) pada balita usia 6-59 bulan di Posyandu Aster dan Posyandu Kenanga wilayah kerja UPT Puskesmas Belawan.
6. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan lemak dengan kejadian kegemukan, berdasarkan hasil uji *Fisher-Freeman-Halton* dengan nilai ($p= 0,006$), pada balita usia 6-59 bulan di Posyandu Aster dan Posyandu Kenanga wilayah kerja UPT Puskesmas Belawan.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa implikasi yang dapat digunakan untuk menekan kejadian kegemukan pada balita di Posyandu Aster dan posyandu kenanga, yaitu:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan kejadian kegemukan pada balita sehingga dapat menjadi bahan masukan bagi pihak posyandu untuk meningkatkan penyuluhan mengenai konsumsi makanan sumber karbohidrat yang sesuai dengan kebutuhan balita dan penerapan gizi seimbang.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian kegemukan pada balita sehingga dapat menjadi pedoman

bagi petugas kesehatan khususnya Puskesmas Belawan dan kader posyandu untuk melakukan edukasi kepada orang tua mengenai pembatasan konsumsi makanan tinggi lemak dan jajan yang sesuai dengan usia balita serta pentingnya pemantauan status gizi balita secara rutin guna mencegah terjadinya kegemukan.

5.3. Saran

Jangan berdasarkan kesimpulan penelitian, maka disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Diharapkan untuk selanjutnya adanya penelitian baru dengan populasi dan sampel yang lebih luas, metode dan desain penelitian berbeda dengan variabel yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti, asupan protein, tingkat pengetahuan ibu, ketersediaan pangan rumah tangga dan sebagainya, sehingga dapat menjadi perbandingan referensi.
2. Diharapkan kepada pihak Puskesmas dan posyandu tempat penelitian agar melakukan tindakan untuk menekan angka kejadian kegemukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Belawan.