

## BAB 7 PENUTUP

### 7.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah :

1. Sebagian besar responden memiliki status gizi baik.
2. Untuk konsumsi zat gizi makro didapatkan rerata defisit pada konsumsi karbohidrat, berlebih pada konsumsi protein dan cukup pada konsumsi lemak.
3. Sebagian besar responden memiliki berat badan lahir normal.
4. Tidak terdapat hubungan konsumsi zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) dengan status gizi anak.
5. Tidak terdapat hubungan berat badan lahir dengan status gizi anak.

### 7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, yaitu :

1. Konsumsi karbohidrat yang menunjukkan defisit perlu mendapat perhatian lebih. Penting untuk terus meningkatkan kesadaran orang tua dan masyarakat mengenai pola makan seimbang yang mencakup kelompok zat gizi makro dan mikro dengan dilakukannya edukasi gizi.
2. Penelitian ini hanya melihat hubungan konsumsi zat gizi makro dan berat badan lahir dengan status gizi anak, diharapkan agar penelitian selanjutnya memasukkan faktor-faktor lain yang juga dapat mempengaruhi status gizi anak, seperti penyakit infeksi, pendapatan keluarga, pengetahuan ibu, pekerjaan ibu, aktivitas fisik, dan faktor lingkungan. Diharapkan juga dapat dilakukan penelitian lebih lanjut pada kabupaten dan kota lain yang ada di Sumatera Barat.
3. Dalam penelitian ini, penggunaan metode *food recall* untuk mengukur asupan makanan memiliki potensi bias karena sangat bergantung pada ingatan responden. Dapat digunakan metode pengukuran lain yang lebih objektif dan mengurangi ketergantungan pada ingatan responden seperti *food diary* dsb.