

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan makronutrien pada anak usia 1-2 tahun dengan kejadian *stunting* di Wilayah Kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang Tahun 2024 secara kuantitatif dan kualitatif, penelitian ini menunjukkan bahwa:

1. Distribusi jenis kelamin seimbang antara kelompok *stunting* dan tidak *stunting*. Sebagian besar anak memiliki berat badan lahir normal, namun lebih banyak anak *stunting* mengalami defisit asupan energi harian. Proporsi pemberian ASI eksklusif justru lebih tinggi pada kelompok *stunting*. Mayoritas ibu pada kelompok kontrol memiliki tingkat pendidikan tinggi. Dari segi ekonomi, ibu pada kelompok *stunting* tidak bekerja dan memiliki penghasilan keluarga yang rendah dibandingkan kelompok kontrol.
2. Gambaran asupan makronutrien (protein, lemak, karbohidrat) yang kurang, sebagian besar pada kelompok *case* yang berstatus *stunting*.
3. Berdasarkan hasil analisis data, tidak ditemukan hubungan yang bermakna secara statistik antara asupan protein maupun asupan lemak dengan kejadian *stunting* pada anak usia 1–2 tahun. Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dan kejadian *stunting* yang menunjukkan bahwa anak dengan asupan

karbohidrat kurang memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami *stunting* dibandingkan anak dengan asupan karbohidrat cukup.

4. Terdapat dua tema utama yang ditemukan dalam penelitian ini, yaitu hambatan asupan makronutrien pada anak dan rekomendasi intervensi gizi makronutrien untuk anak usia 1–2 tahun.
5. Hambatan asupan makronutrien berasal dari dua sisi, yaitu dari anak meliputi kesulitan makan saat sakit, penolakan makanan setelah kenyang camilan tinggi gula, ketidaksukaan terhadap makanan bertekstur lunak, dan preferensi terhadap camilan daripada makanan utama, serta dari orang tua (ibu) mencakup kurangnya pemahaman mengenai kebutuhan dan keseimbangan makronutrien, serta kesulitan dalam mengatur pola makan anak, terutama ketika anak menolak makan.

## 7.2 Saran

### 7.2.1 Bagi Ibu Baduta

1. Ibu perlu lebih kreatif dalam menyajikan makanan anak melalui modifikasi tekstur dan bentuk makanan yang menarik, serta pengaturan waktu makan agar camilan tidak menggantikan makanan utama. Hal ini dapat didukung melalui edukasi praktis dan pendampingan dari tenaga kesehatan.
2. Disarankan lebih aktif mengikuti kegiatan edukasi gizi di fasilitas kesehatan, membaca leaflet yang disediakan dan berkonsultasi langsung dengan petugas gizi. Pemahaman yang baik akan

membantu dalam pengambilan keputusan yang tepat terkait pola makan anak.

### 7.2.2 Bagi Pelayanan

1. Perlunya peningkatan edukasi gizi tentang keseimbangan makronutrien khususnya tentang asupan karbohidrat yang cukup bagi anak usia 1-2 tahun. Penjelasan harus mencakup jenis-jenis karbohidrat yang kompleks serta penyajian yang sesuai dengan kebutuhan usia anak.
2. Disarankan agar pelayanan posyandu meningkatkan kualitas dokumentasi pertumbuhan anak melalui pencatatan yang lebih lengkap dan konsisten dalam buku KIA, guna untuk mendeteksi dini gangguan pertumbuhan dan mengevaluasi kecukupan gizi.
3. Diperlukan penguatan edukasi gizi dengan penyediaan leaflet yang memadai serta penggunaan metode penyuluhan yang lebih interaktif dan efektif agar informasi gizi dapat tersampaikan dengan baik kepada ibu. Hal ini sebagai upaya pendukung ibu dalam membantu mengingat kembali materi edukasi di rumah, karena materi tertulis atau visual dapat diakses ulang oleh ibu.

### 7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode food recall selama dua atau lebih hari, termasuk hari kerja maupun akhir pekan, guna menangkap variasi konsumsi harian yang mungkin terjadi.

2. Disarankan agar metode food recall digabungkan dengan Food Frequency Questionnaire (FFQ) atau metode lain yang dapat merekam pola konsumsi jangka panjang (kohort prospektif), sehingga hasil pengukuran asupan zat gizi menjadi lebih komprehensif.
3. Disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk meningkatkan jumlah sampel, guna memperoleh kekuatan uji statistik (power) yang memadai dan hasil yang lebih dapat digeneralisasikan, dan memiliki validitas eksternal yang lebih baik.
4. Disarankan peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor perancu seperti pengaruh faktor lingkungan serta jarak kehamilan dan jumlah anak.

