

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan asupan makanan makronutrien dengan status gizi balita (2-5) tahun maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh asupan karbohidrat balita kurang, serta sebagian besar asupan lemak dan protein balita cukup.
2. Hampir separuh balita memiliki status gizi kurang.
3. Terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi balita, serta tidak ada hubungan antara asupan protein dan lemak dengan status gizi balita.

#### **7.2 Saran**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo, peneliti menyarankan :

##### **1. Bagi Puskesmas Nanggalo**

Meningkatkan penyuluhan tentang kecukupan asupan gizi terhadap balita untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama ibu yang memiliki balita agar lebih memperhatikan asupan makronutrien terutama asupan karbohidrat yang dapat mempengaruhi status gizi balita di wilayah Puskesmas Nanggalo.

##### **2. Bagi Peneliti Lain**

Melakukan penelitian lebih lanjut dengan meneliti variabel yang tidak diteliti, seperti faktor-faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi balita.