

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, dan REKOMENDASI

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perilaku *picky eater* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia dini, maka penulis dapat menarik kesimpulan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Profil perilaku *picky eater* pada anak taman kanak-kanak di Kecamatan Sukasari yang didapatkan, yaitu anak tidak mau mencoba makanan yang tidak pernah dicoba, anak sulit untuk memakan makanan utama, anak suka meninggalkan sisa makanan di piringnya, dan anak lebih menyukai memakan camilan. Kurangnya nafsu makan pada anak dengan perilaku *picky eater* akan menyebabkan anak menyisakan atau tidak menghabiskan makanan dipiringnya. Perilaku *picky eater* kerap kali terjadi pada anak usia dini, perilaku ini ditandai dengan kurangnya konsumsi makanan sehat dan hanya mau memakan camilan saja sehingga tidak ingin makan makanan berat.
- 2) Ditemukan bahwa profil perkembangan motorik kasar dari penelitian yang dilakukan pada anak taman kanak-kanak di Kecamatan Sukasari didapatkan bahwa anak yang mempunyai perkembangan motorik kasar yang rendah cenderung memiliki perilaku *picky eater*. Adapun, anak taman kanak-kanak di Kecamatan Sukasari dengan perkembangan motorik kasar yang baik memiliki kemampuan dalam gerak lokomotor seperti anak dapat berlari dan melompat, gerak non-lokomotor seperti berdiri dengan salah satu kaki dan berputar di tempat, serta gerak manipulatif seperti melempar dan menangkap bola.
- 3) Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan perilaku *picky eater* terhadap perkembangan motorik kasar didapatkan bahwa anak yang memiliki perilaku *picky eater* cenderung memiliki perkembangan motorik kasar yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki perilaku *picky eater*. Hal tersebut disebabkan anak dengan perilaku *picky eater* memiliki perilaku pilih-pilih makan, seperti tidak mau mencoba variasi makanan lain, hanya mengonsumsi makanan yang ia suka, lebih senang memakan camilan, dan suka meninggalkan sisa makanan dipiringnya sehingga hal-hal tersebut akan menyebabkan porsi makan anak berkurang dan sedikitnya

asupan makanan sehat ke dalam tubuh anak sehingga menyebabkan anak menjadi kurang berenergi yang dapat membuat anak cepat lelah atau kurang bertenaga untuk melakukan kegiatan motorik kasar yang membutuhkan aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang terbatas dapat menghambat perkembangan motorik kasarnya. Keterbatasan asupan nutrisi, terutama vitamin dan mineral yang diperlukan, dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar, karena nutrisi penting seperti kalsium, zat besi, dan protein sangat berperan dalam perkembangan otot, tulang, dan sistem saraf yang mendukung kegiatan motorik.

5.2.Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan perilaku *picky eater* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia dini, maka didapatkan implikasi sebagai berikut:

1) Bagi Penulis

Hasil penelitian ini memberikan gambaran dan wawasan bagi penulis dalam hal terkait perilaku *picky eater* dan perkembangan motorik kasar pada anak usia dini.

2) Bagi Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian, implikasi yang didapatkan bagi orang tua yaitu memberikan wawasan dan pentingnya pengawasan mengenai asupan makan bagi anak usia dini. Orang tua dapat lebih aktif dalam memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang seimbang untuk mendukung perkembangan motorik kasarnya. Intervensi dini terhadap perilaku *picky eater* dapat menjadi pencegahan dan membantu mencegah dampak negatif jangka panjang pada perkembangan motorik kasar anak.

3) Bagi Lembaga Taman Kanak-kanak

Lembaga taman kanak-kanak dapat menggunakan hasil penelitian untuk menyusun program yang lebih komprehensif dalam memantau dan mendukung perkembangan motorik kasar pada anak. Program edukasi gizi yang melibatkan orang tua dapat dilibatkan dalam kurikulum untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola makan sehat dan asupan gizi yang baik.

5.3.Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, penulis mengharapkan beberapa hal sebagai bentuk saran untuk dapat dipertimbangkan bagi berbagai pihak, saran yang dapat penulis sampaikan adalah sebagai berikut:

1) Saran Bagi Penulis

Penulis menyadari adanya keterbatasan dalam jumlah sampel penelitian, yaitu sebanyak 34 anak. Untuk itu perlunya penelitian lebih lanjut dengan melibatkan jumlah sampel penelitian yang lebih banyak guna mendapatkan hasil yang memuaskan.

2) Saran Bagi Orang Tua

Sebagaimana hasil penelitian, diperoleh bahwa perilaku *picky eater* dapat memengaruhi perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. Oleh karena itu, orang tua dapat mencoba untuk melatih, membiasakan, dan memperkenalkan variasi makanan baru pada anak agar tidak berperilaku *picky eater* guna perkembangan motorik kasar yang lebih baik.

3) Saran Bagi Lembaga Taman Kanak-Kanak

Pihak lembaga taman kanak-kanak dapat memberikan edukasi pada orang tua guna meningkatkan kesadaran akan dampak perilaku *picky eater* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia dini.

4) Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Adanya keterbatasan dalam pelibatan jumlah sampel penelitian di dalam penelitian ini sehingga membutuhkan sampel penelitian dengan jumlah yang lebih banyak untuk analisis lebih lanjut agar memperoleh hasil yang maksimal. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis, disarankan agar dapat menggunakan metode penelitian lain yang berbeda dari penelitian ini. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat lebih memaksimalkan proses pemilihan sampel penelitian dan pengambilan data agar hasil yang diperoleh lebih akurat.