

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Penelitian ini menemukan bahwa stres psikososial berpengaruh signifikan terhadap status kesehatan anak binaan. Meskipun pemenuhan hak pangan, asupan energi, dan karbohidrat tidak menunjukkan hubungan signifikan secara statistik, variabel-variabel tersebut tetap penting karena dapat memperburuk kondisi psikologis dan fisik anak. Sebagian besar anak binaan mengalami ketidakcukupan hak pangan, dengan pemenuhan gizi terbatas pada beberapa makronutrien. Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang kecil dan desain penelitian potong lintang yang belum dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal dan pendekatan *mixed method* diperlukan untuk memperoleh data yang lebih mendalam dan optimal.

#### **5.2 Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan setelah dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut.

a) Untuk LPKA Kelas II Bandung

LPKA Kelas II Bandung dapat memperkuat dukungan psikososial melalui peningkatan program konseling, pelatihan emosi, dan aktivitas pengembangan diri. Selain itu, dapat pula menjalin kerja sama dengan universitas dan LSM untuk dukungan psikologis dan gizi. Penyediaan ahli gizi pun dapat dilakukan guna merancang menu sehat, serta lakukan evaluasi rutin sistem pangan agar sesuai kebutuhan fisik dan psikologis anak binaan.

b) Untuk Pemerintah Dinas/Direktorat Jenderal Pemasarakatan

Peningkatan anggaran untuk layanan kesehatan dan psikososial dan susun pedoman nasional intervensi stres dan gizi dengan sistem pemantauan berbasis

indikator kesehatan diperlukan demi mengoptimalkan status kesehatan anak binaan.

c) Untuk Anak Binaan LPKA Kelas II Bandung

Peningkatan kesadaran diri dalam menjaga kesehatan mental dan fisik penting untuk dilakukan melalui partisipasi aktif dalam kegiatan pembinaan, menjaga pola makan dan kebersihan, serta menjalin dukungan sosial positif antar sesama binaan.