

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keragaman pangan dan asupan energi dengan status gizi (BB/U) pada anak usia 6-23 bulan di wilayah kerja Puskesmas Ciwaruga. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 99 anak, sebagian besar subjek memiliki konsumsi makanan yang beragam, asupan energi yang kurang, serta asupan makanan dengan densitas energi yang rendah. Meski demikian, mayoritas anak memiliki status gizi (BB/U) kategori tidak *underweight*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman pangan dengan status gizi (BB/U). Namun, ditemukan hubungan yang signifikan antara asupan energi dan densitas energi dengan status gizi (BB/U), meskipun tingkat korelasinya tergolong rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecukupan energi, kualitas makanan, dan densitas energi yang mencakup kandungan energi per satuan berat memiliki peran penting dalam menentukan status gizi (BB/U) pada anak usia 6-23 bulan.

5.2. Saran

a. Bagi Orang Tua

Disarankan untuk memastikan anak mengonsumsi makanan beragam setiap hari, pemberian MP-ASI sebaiknya padat energi dan bergizi, serta pemahaman terkait kebutuhan energi anak perlu ditingkatkan.

b. Bagi Puskesmas

Diharapkan pemberian edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya makanan padat energi dan bergizi seimbang perlu ditingkatkan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat mempertimbangkan faktor-faktor dalam penilaian keragaman pangan seperti porsi konsumsi, frekuensi makan, dan kualitas makanan, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih akurat dan memberikan gambaran yang lebih komprehensif.