

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI dan REKOMENDASI

#### 1.1.Simpulan

Simpulan yang diperoleh dari penelitian ini yaitu ayah mengetahui bahwa makanan sehat seimbang adalah makanan empat sehat lima sempurna, ayah juga mengungkapkan bahwa jenis makanan sehat yang diketahui diantaranya sayuran, buah-buahan, dan makanan yang bebas dari bahan berbahaya. Sedangkan jenis makanan tidak sehat menurut ayah yaitu makanan yang mengandung bahan berbahaya dan mengandung lemak, gula, garam, MSG yang berlebihan. Ayah juga memahami bahwa makanan sehat memiliki peran yang sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak dan menyebutkan bahwa kebutuhan makanan sehat seimbang untuk anak harus tercukupi dengan baik dan sesuai agar anak tidak menderita malnutrisi.

Keterlibatan ayah dalam pemberian makanan sehat seimbang bagi anak usia dini masih sebatas memantau dan mengontrol saja, ayah hanya mengontrol persediaan bahan makanan, suplemen atau vitamin, keterlibatan lainnya yaitu ayah hanya memberi *support* kepada istri berupa materi untuk menyediakan segala kebutuhan makanan sehat, ayah selalu mengingatkan kepada istri agar persediaan makanan sehat dan menu makanan sehat untuk anak selalu terpenuhi dengan baik. Keterlibatan dalam pemberian makan untuk anak usia dini lebih banyak dilakukan oleh ibu dimulai dari berbelanja bahan makanan sehat, menyiapkan menu makan, dan mempersiapkan makanan untuk anak. Keterlibatan ayah dalam pemberian makanan sehat seimbang untuk anak usia dini memiliki peran yang sangat penting dalam proses perkembangan, ayah tidak cukup jika hanya mengetahui tentang makanan sehat saja, tetapi harus ikut terlibat secara langsung dalam proses pemberian makanan sehat seimbang untuk anak usia dini.

## **1.2.Implikasi dan Rekomendasi**

Adapun implikasi dari penelitian ini yaitu sebagai berikut.

### **1. Peneliti Selanjutnya**

Dalam penelitian ini baru sedikit memberikan gambaran mengenai pengetahuan ayah terhadap makanan sehat seimbang untuk anak usia dini, perlu adanya penelitan-penelitian selanjutnya yang lebih mendalam menggunakan tema yang sama dengan metode atau sampel yang berbeda.

### **2. Ayah**

Bagi ayah dapat menjadi sumber wawasan dan pengetahuan baru mengenai makanan sehat untuk anak usia dini, terutama peran keterlibatan ayah dalam pemberian makanan sehat seimbang kepada anak usia dini. Diharapkan ayah dapat memahami bahwa keterlibatan ayah dalam pemberian makanan sehat untuk anak usia dini penting dilakukan tidak hanya dilakukan