

## **Bab V**

### **Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi**

#### **5.1 Simpulan**

Simpulan yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian mengenai pemberian makanan bergizi pada anak usia dini di DAS Citarum sebagai berikut:

- 1) Pandangan ibu dalam pemberian makanan bergizi bagi anak usia dini dari ketiga partisipan berpedapat bahwa manfaat dalam mengkonsumsi makanan bergizi sangat penting bagi tumbuh kembang anak. Namun, ketiga partisipan belum memahami betul apa yang dimaksud dengan makanan bergizi, dua dari tiga partisipan lebih mengetahui jenis-jenis makanan yang termasuk dalam makanan bergizi dibandingkan definisi makanan bergizi itu sendiri.
  
- 2) Penerapan makanan bergizi pada anak yang dilakukan oleh ketiga partisipan pada penelitian ini adalah memberikan makanan bergizi dalam sehari pada waktu pagi hari, siang hari dan malam hari, makanan yang diberikan seperti nasi goreng, bubur ayam, nasi dengan ayam goreng dan tumis sayur kangkung, nasi dengan sayur sop ayam, nasi dengan tahu tempe goreng dan tumis waluh, nasi dengan capcay dan lain-lain. Meskipun ketiga partisipan bertempat tinggal di DAS Citarum yang air sungainya keruh dan terpolusi, namun mereka sadar bahwa penggunaan air sungai tidak baik untuk tubuh. Sehingga keperluan air minum dan air dalam pembuatan makanan bergizi tidak menggunakan air sungai yang keruh dan terpolusi melainkan air bersih dari galon. Mereka membeli air galon dengan harga Rp. 7000,-/galon. Ketiga partisipan memberikan air putih dalam sehari 5-8 gelas. Sedangkan untuk konsumsi susu untuk anak partisipan satu dan tiga melakukan dua minggu satu kali, partisipan dua memberikan konsumsi susu pada anak satu hari sekali.

Seluruh partisipan juga memberikan makanan selingan berupa *snack* ringan seperti permen, chiki, coklat, keripik, makanan yang berhadiah, serta minuman dalam kemasan yang sering dijumpai di warung secara tidak teratur. Namun, partisipan satu dan dua selain memberikan *snack* ringan secara tidak teratur, partisipan juga memberikan makanan selingan berupa buah-buahan pada waktu siang dan sore hari.

- 3) Kendala dalam pemberian makanan bergizi pada anak dalam penelitian ini yaitu rendahnya pendapatan keluarga. Rata-rata penghasilan harian suami dari partisipan satu sebesar Rp. 50.000,-, rata-rata penghasilan harian suami partisipan tiga sebesar Rp. 16.000,-. Sedangkan rata-rata penghasilan mingguan suami dari partisipan dua sebesar Rp. 100.000,-. Karena rata-rata penghasilan suami yang rendah, daya beli makanan bergizi pun menjadi rendah hal tersebut membuat ibu terpaksa harus mencari penghasilan tambahan selain menjadi ibu rumah tangga juga menjadi pekerja untuk membantu pendapatan keluarga. Kendala lain dalam pemberian makanan bergizi pada anak adalah pendidikan orangtua. Pendidikan orangtua yang rendah menyebabkan praktik dalam pemberian makanan bergizi pada anak kurang atau tidak sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki dalam pemberian makanan bergizi. Contohnya, saat anak dari partisipan tiga mengalami masalah yaitu sulit makan, partisipan cenderung santai. Partisipan tidak memaksa anak harus menghabiskan makan utamanya. Hal serupa yang dilakukan oleh partisipan dua ketika anak kadang-kadang sulit makan, partisipan mengurangi porsi makan anak, atau partisipan membolehkan anak hanya menghabiskan lauk-pauknya saja tanpa nasi. Adapun partisipan satu sering memberikan makanan yang kurang bergizi seperti kerupuk, emping, rempenyek dll hal tersebut dilakukan partisipan agar menambah nafsu makan anak dalam mengkonsumsi makan utama pada waktu siang dan malam hari.
- 4) Secara umum ketiga partisipan, cenderung santai dalam mengatasi kendala kesulitan pemberian makanan bergizi bagi anaknya. Upaya yang dilakukan dalam mengatasi kendala pemberian makanan bergizi pada rendahnya pendapatan keluarga, yang dilakukan oleh partisipan satu dan partisipan dua yaitu kemandirian gizi. Partisipan

menanam sayur dalam pot, partisipan satu selain menanam sayur dalam pot juga memiliki kandang ayam juga dihasilkan telur yang diberikan untuk anak. Sedangkan partisipan dua selain menanam sayur dalam pot juga mendapatkan bantuan dari pemerintah berupa makanan pokok seperti beras, mie, minyak, telur, ayam dan susu apabila masih memiliki anak usia 1-5 tahun. Sedangkan upaya yang dilakukan dalam mengatasi rendahnya pemahaman dalam praktik pemberian makanan bergizi pada anak, seluruh partisipan sering mengikuti berbagai macam penyuluhan yang di adakan di desa. Penyuluhan tersebut diselenggarakan oleh pihak pemerintah baik dari puskesmas atau desa atau pihak luar pemerintah dalam rangka mewujudkan kenaikan gizi di sekitar pemukiman DAS Citarum. Sehingga partisipan tiga dalam mengatasi kendala anak susah makan dengan memberikan tindakan berupa reward dalam bentuk ungkapan atau kata-kata jika anak menghabiskan makan utamanya anak boleh bermain dengan temannya. Hal yang sama dilakukan oleh partisipan dua jika anak tidak berselera makan yaitu dengan pemberian reward dalam bentuk menambahkan uang untuk anak jajan snack sebesar Rp 1000,- jika makan anak habis, anak boleh makan sambil bermain. Namun yang peneliti lihat dan ketahui bahwa pemberian reward tersebut tidak dilakukan secara konsisten oleh partisipan tiga sehingga pada akhirnya sering kali anak masih mengalami kesulitan makan.

- 5) Dampak konsumsi makanan yang kurang bergizi seperti *snack* ringan dan minuman dalam kemasan seperti *\*aro, che\*tos, ch\*ki-ch\*ki, la\*s, \*reo, j\*sjus, n\*tris\*ri, t\*h g\*las, ch\*tato, ch\*ki b\*lls, m\*rimas, t\*h \*isri, \*upi, s\*gus* dll yang banyak dijumpai di warung. Snack ringan dan minuman tersebut banyak mengandung kadar gula tinggi, pewarna buatan, pengawet buatan dll menyebabkan anak dari partisipan tiga memiliki TB (Tinggi Badan) dan BB (Berat Badan) yang termasuk kedalam keadaan gizi kurang. TB 100 cm yang dimiliki anak dari partisipan tiga yaitu dan BB 13 kg. Selain anak memiliki keadaan gizi yang kurang anak juga rentan terhadap penyakit karena kurangnya konsumsi gizi tersebut apalagi partisipan bertempat tinggal di DAS Citarum, dimana bisa kita ketahui bahwa DAS Citarum merupakan tempat yang tidak layak huni akan kebersihannya. Penyakit yang sering diderita oleh anak adalah penyakit kulit (alergi kulit), menurut penuturan dari partisipan bahwa anak sering mengalami berbagai

alergi kulit seperti eksim, dermatitis atopik dll. Selain alergi kulit, anak juga sering mengalami kutu air kronis. Hal tersebut terjadi karena anak tidak gemar mengonsumsi sayur dan buah-buahan. Anak dari partisipan satu dan dua juga suka mengonsumsi snack ringan dan minuman dalam kemasan tersebut namun, partisipan selalu mengimbangnya dengan mengonsumsi banyak sayur dan buah-buahan sehingga TB (Tinggi Badan) dan BB (Berat Badan) yang dimiliki anak partisipan satu dan dua normal.

## **5.2 Implikasi**

Adapun implikasi dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- 1) Bagi peneliti, temuan penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai pemberian makanan bergizi pada anak usia dini di DAS Citarum.
- 2) Bagi orang tua menjadi wawasan baru dan pengetahuan tentang pemberian makanan bergizi pada anak yang dilakukan ibu di DAS Citarum.

## **5.3 Rekomendasi**

Bedasarkan simpulan hasil penelitian diatas, rekomendasi yang disampaikan sebagai berikut:

- 1) Orangtua

Orang tua merupakan salah satu orang yang senantiasa dekat dengan anak untuk itu pelibatan orang tua dalam pemberian makanan bergizi sangat dibutuhkan, dan orang tua dapat melakukan upaya penanganan yang dilakukan apabila orangtua mempunyai kendala yang sama dengan partisipan yang ada pada skripsi ini.

- 2) Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini membahas mengenai pemberian makanan bergizi pada anak usia dini di DAS Citarum. Namun, sehubungan dengan keterbatasan waktu dan

sarana penunjang maka peneliti berharap bahwa pada penelitian selanjutnya lebih memperhatikan kembali kajian referensi terkait upaya yang dilakukan dalam pemberian makanan bergizi dan melakukan penelitian tema yang sama, menggunakan metode penelitian lain atau sampel yang berbeda