

BAB V

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI HASIL PENELITIAN

Pada bab V ini akan diuraikan kesimpulan, implikasi dan rekomendasi hasil penelitian. Kesimpulan disusun berdasarkan tujuan penelitian, hasil pengolahan data, dan pembahasan penelitian. Implikasi hasil penelitian disusun berdasarkan kesimpulan, selanjutnya implikasi hasil penelitian ini menjadi dasar di dalam pengajuan rekomendasi pada ibu balita dan kader Posyandu.

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini didasarkan atas latar belakang masalah, tujuan penelitian, hasil pengolahan data, dan pembahasan hasil penelitian tentang “Penyelenggaraan Makanan sehat Seimbang Oleh Ibu Rumah Tangga Pada Anak Gizi Kurang Di Desa Margamulya Kecamatan pangalengan Kabupaten Bandung”.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

1. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Penyusunan Menu

Penyusunan menu dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita terdiri dari kegiatan menyusun menu dengan berpedoman pada menu empat sehat lima sempurna, mengkombinasikan hidangan untuk menyusun menu seimbang, menyusun menu dengan rasa yang bervariasi, menyusun hidangan dengan warna yang bervariasi, menyusun menu dengan susunan hidangan yang lengkap, membuat hidangan dengan tekstur dan konsistensi hidangan yang bervariasi, membuat makanan dengan bentuk yang menarik. Penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita, berkaitan dengan penyusunan menu pada umumnya ibu balita sudah memahami dan melaksanakan penyusunan menu dengan berpedoman pada menu

empat sehat lima sempurna, tetapi kurang dari setengahnya ibu balita masih belum memahami dan melaksanakan penyusunan menu dengan hidangan yang lengkap.

2. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Pemilihan Bahan Makanan

Pemilihan bahan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang pada umumnya ibu balita sudah dapat memilih bahan makanan dengan baik. Ibu sudah dapat memilih beras yang tidak berketu, umbi-umbian yang tidak busuk, tepung yang bersih, daging yang masih segar, ayam yang masih segar dan tidak berbau busuk, ikan yang masih segar, telur yang tidak pecah, tempe dan tahu yang masih segar, susu yang masih segar dan tidak basi, sayuran yang berwarna segar, serta buah-buahan yang tidak busuk dan tidak berulat.

3. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Pengolahan Bahan Makanan

Pengolahan bahan makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita dalam memperhatikan tehnik pengolahan makanan yang tepat. Tehnik pengolahan makanan yang tepat harus selalu diperhatikan oleh ibu balita yang meliputi, tehnik menggoreng, tehnik mengukus, tehnik merebus dan tehnik menumis. Kegiatan pengolahan bahan makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang untuk anak balita gizi kurang pada umumnya ibu balita sudah memperhatikan pengolahan makanan sehat seimbang. Dalam hal ini ibu balita telah memperhatikan pengolahan bahan makanan dengan tehnik menggoreng dan memperhatikan pengolahan bahan makanan dengan tehnik mengukus, tetapi masih ada ibu balita yang belum memperhatikan pengolahan makanan yang tepat.

4. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Penyajian Makanan

Penyajian makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita terdiri dari memberikan makanan dengan porsi yang tepat bagi anak balita untuk satu hari makan, memberikan makanan tepat waktu makan, memberikan makan anak balita sesuai dengan frekuensi makan, menata hidangan, menggunakan alat hidang dengan bahan yang aman dan memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan (*garnish*). Ibu balita lebih dari setengahnya sudah dapat menata hidangan dengan baik. Tetapi lebih dari setengahnya ibu balita yang menggarnish belum bisa memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan (*garnish*). Selain itu kurang dari setengahnya ibu balita tidak selalu menggunakan hiasan (*garnish*) dalam penyajian makannya.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini berhubungan dengan peningkatan penyelenggaraan makanan sehat seimbang untuk anak balita gizi kurang.

Implikasi tersebut sebagai berikut :

1. Hasil penelitian yang berkaitan dengan penyusunan menu lebih dari setengahnya responden menyusun menu dengan berpedoman pada menu empat sehat lima sempurna. Hasil penelitian ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita dalam menyusun menu sudah baik. Kurang dari setengahnya ibu balita belum dapat menyusun menu dengan susunan hidangan yang lengkap, hal ini mengandung implikasi bahwa pengetahuan ibu balita tentang gizi, khususnya dalam susunan hidangan yang lengkap untuk anak balita masih kurang.

2. Hasil penelitian yang berkaitan dengan pemilihan bahan makanan sebagian besar ibu balita memilih susu dan memilih buah-buahan yang benar. Hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita dalam memilih susu dan buah-buahan pada umumnya sudah baik. Lebih dari setengahnya ibu balita belum dapat memilih beras yang benar, hal ini mengandung implikasi bahwa pengetahuan ibu balita tentang memilih beras yang benar masih kurang.
3. Hasil penelitian yang berkaitan dengan pengolahan bahan makanan lebih dari setengahnya ibu balita memilih pengolahan bahan makanan dengan tehnik menggoreng dan pengolahan bahan makanan dengan tehnik mengukus. Hal ini mengandung implikasi bahwa pada umumnya kemampuan ibu balita dalam pengolahan makanan dengan tehnik menggoreng dan mengukus sudah baik. Lebih dari setengahnya ibu balita belum memperhatikan pengolahan makanan yang tepat. Hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan dan pengetahuan ibu balita masih kurang atau belum baik dalam pengolahan makanan yang tepat.
4. Hasil penelitian yang berkaitan dengan penyajian makanan yaitu lebih dari setengahnya ibu balita sudah dapat menata hidangan dengan baik. Hal ini mengandung implikasi bahwa pengetahuan dan kemampuan ibu balita khususnya dalam menata hidangan sudah baik. Lebih dari setengahnya ibu balita belum dapat memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan (*garnish*), hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita dalam memilih bahan makanan untuk hiasan (*garnish*) masih kurang.

Kesimpulan dan implikasi dari hasil penelitian ini penulis merekomendasi ibu balita gizi kurang sebagai peserta penyuluhan gizi dan kader Posyandu sebagai tenaga

pelaksana penyuluhan gizi di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

Rekomendasi ditujukan kepada :

1. Ibu Balita Gizi Kurang

Ibu sebagai orang yang paling dekat dengan anak, dipercaya oleh Allah SWT untuk mengemban salah satu tugas mulia yaitu membimbing, merawat dan menjaga baik fisik, sosial maupun mentalnya. Berdasarkan data di lapangan, ibu balita masih kurang aktif dalam mengikuti kegiatan Posyandu, sehingga ibu balita kurang mendapatkan informasi baik tentang gizi khususnya gizi anak balita maupun tentang penyelenggaraan makanan sehat seimbang, untuk mendapatkan informasi dapat dilakukan melalui upaya-upaya sebagai berikut :

Ibu balita diharapkan lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dengan cara mengikuti kegiatan penyuluhan gizi dan mencari informasi baik dimedia cetak maupun media elektronik yang ada kaitannya dengan masalah gizi supaya hasilnya lebih optimal. Ibu balita hendaknya lebih meningkatkan kemampuannya dalam menyelenggarakan makanan sehat seimbang dengan melatih diri dalam penyusunan menu seimbang, pemilihan bahan makanan, pengolahan makanan, dan penyajian makanan yang mengacu pada pola makan sehat seimbang yaitu menu empat sehat lima sempurna untuk balita dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbiasa dengan penyelenggaraan makanan sehat seimbang.

2. Kader Posyandu

Kader Posyandu di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung sebagai pelaksana penyuluhan gizi, sebaiknya lebih meningkatkan pelaksanaan

penyuluhan baik dari segi pendekatan maupun penyampaian materi penyuluhan gizi.

Peningkatan penyuluhan gizi dapat dilakukan sebagai berikut :

Kader Posyandu hendaknya mengadakan pendekatan yang intensif dan selalu memberikan motivasi kepada ibu balita agar lebih bersungguh-sungguh di dalam mengikuti kegiatan Posyandu yang meliputi kegiatan penimbangan balita, kegiatan penyuluhan gizi dan kegiatan lainnya, sehingga diharapkan akan tercapai keadaan gizi dan derajat kesehatan balita yang optimal.

Pada bab V ini akan diuraikan kesimpulan, implikasi dan rekomendasi hasil penelitian. Kesimpulan disusun berdasarkan tujuan penelitian, hasil pengolahan data, dan pembahasan penelitian. Implikasi hasil penelitian disusun berdasarkan kesimpulan, selanjutnya implikasi hasil penelitian ini menjadi dasar di dalam pengajuan rekomendasi pada ibu balita dan kader Posyandu.

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini didasarkan atas latar belakang masalah, tujuan penelitian, hasil pengolahan data, dan pembahasan hasil penelitian tentang “Penyelenggaraan Makanan sehat Seimbang Oleh Ibu Rumah Tangga Pada Anak Gizi Kurang Di Desa Margamulya Kecamatan pangalengan Kabupaten Bandung”.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

5. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Penyusunan Menu

Penyusunan menu dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita terdiri dari kegiatan menyusun menu dengan berpedoman pada menu empat sehat lima sempurna, mengkombinasikan hidangan untuk menyusun menu seimbang,

menyusun menu dengan rasa yang bervariasi, menyusun hidangan dengan warna yang bervariasi, menyusun menu dengan susunan hidangan yang lengkap, membuat hidangan dengan tekstur dan konsistensi hidangan yang bervariasi, membuat makanan dengan bentuk yang menarik. Penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita, berkaitan dengan penyusunan menu pada umumnya ibu balita sudah memahami dan melaksanakan penyusunan menu dengan berpedoman pada menu empat sehat lima sempurna, tetapi kurang dari setengahnya ibu balita masih belum memahami dan melaksanakan penyusunan menu dengan hidangan yang lengkap.

6. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Pemilihan Bahan Makanan

Pemilihan bahan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang pada umumnya ibu balita sudah dapat memilih bahan makanan dengan baik. Ibu sudah dapat memilih beras yang tidak berketu, umbi-umbian yang tidak busuk, tepung yang bersih, daging yang masih segar, ayam yang masih segar dan tidak berbau busuk, ikan yang masih segar, telur yang tidak pecah, tempe dan tahu yang masih segar, susu yang masih segar dan tidak basi, sayuran yang berwarna segar, serta buah-buahan yang tidak busuk dan tidak berulat.

7. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Pengolahan Bahan Makanan

Pengolahan bahan makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita dalam memperhatikan tehnik pengolahan makanan yang tepat. Tehnik pengolahan makanan yang tepat harus selalu diperhatikan oleh ibu balita yang meliputi, tehnik menggoreng, tehnik mengukus, tehnik merebus dan tehnik menumis. Kegiatan pengolahan bahan makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang untuk anak balita gizi kurang pada umumnya ibu balita sudah

memperhatikan pengolahan makanan sehat seimbang. Dalam hal ini ibu balita telah memperhatikan pengolahan bahan makanan dengan tehnik menggoreng dan memperhatikan pengolahan bahan makanan dengan tehnik mengukus, tetapi masih ada ibu balita yang belum memperhatikan pengolahan makanan yang tepat.

8. Penyelenggaraan Makanan Sehat Seimbang Dalam Penyajian Makanan

Penyajian makanan dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu balita terdiri dari memberikan makanan dengan porsi yang tepat bagi anak balita untuk satu hari makan, memberikan makanan tepat waktu makan, memberikan makan anak balita sesuai dengan frekuensi makan, menata hidangan, menggunakan alat hidang dengan bahan yang aman dan memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan (*garnish*). Ibu balita lebih dari setengahnya sudah dapat menata hidangan dengan baik. Tetapi lebih dari setengahnya ibu balita yang menggarnish belum bisa memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan (*garnish*). Selain itu kurang dari setengahnya ibu balita tidak selalu menggunakan hiasan (*garnish*) dalam penyajian makannya.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini berhubungan dengan peningkatan penyelenggaraan makanan sehat seimbang untuk anak balita gizi kurang.

Implikasi tersebut sebagai berikut :

5. Hasil penelitian yang berkaitan dengan penyusunan menu lebih dari setengahnya responden menyusun menu dengan berpedoman pada menu empat sehat lima sempurna. Hasil penelitian ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita

sudah baik dan harus tetap dipertahankan dan dikembangkan, supaya ibu balita dapat lebih mengoptimalkan pengetahuan tentang gizi. Kurang dari setengahnya ibu balita belum bisa menyusun menu dengan susunan hidangan yang lengkap, implikasinya bahwa pengetahuan ibu balita tentang gizi khususnya dalam susunan hidangan yang lengkap untuk anak balita perlu ditingkatkan.

6. Hasil penelitian yang berkaitan dengan pemilihan bahan makanan sebagian besar ibu balita memilih susu dan memilih buah-buahan yang benar. Hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita pada umumnya sudah baik. Lebih dari setengahnya ibu balita belum bisa memilih beras yang benar, sehingga ibu balita perlu meningkatkan pengetahuan tentang memilih beras yang benar..
7. Hasil penelitian yang berkaitan dengan pengolahan bahan makanan lebih dari setengahnya ibu balita memilih pengolahan bahan makanan dengan tehnik menggoreng dan pengolahan bahan makanan dengan tehnik mengukus. Hal ini mengandung implikasi bahwa pada umumnya kemampuan ibu balita sudah baik. Lebih dari setengahnya ibu balita belum memperhatikan pengolahan makanan yang tepat. Hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan dan pengetahuan ibu balita masih perlu ditingkatkan dalam pengolahan makanan yang tepat.
8. Hasil penelitian yang berkaitan dengan penyajian makanan yaitu lebih dari setengahnya ibu balita sudah dapat menata hidangan dengan baik. Hal ini mengandung implikasi bahwa pengetahuan dan kemampuan ibu balita sudah baik sehingga harus tetap dipertahankan dan lebih dikembangkan lagi. Lebih dari setengahnya ibu balita belum bisa memilih bahan makanan yang tepat untuk hiasan

(*garnish*), hal ini mengandung implikasi bahwa kemampuan ibu balita masih perlu ditingkatkan dalam memilih hiasan.

Kesimpulan dan implikasi dari hasil penelitian ini penulis merekomendasi ibu balita gizi kurang sebagai peserta penyuluhan gizi dan kader Posyandu sebagai tenaga pelaksana penyuluhan gizi di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

Rekomendasi diajukan kepada :

1. Ibu Balita Gizi Kurang

Ibu sebagai orang yang paling dekat dengan anak, dipercaya oleh Allah SWT untuk mengemban salah satu tugas mulia yaitu membimbing, merawat dan menjaga baik fisik, sosial maupun mentalnya. Tugas ini dapat dilakukan dengan baik melalui upaya-upaya sebagai berikut :

Ibu balita diharapkan lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dengan cara mengikuti kegiatan penyuluhan gizi dan mencari informasi baik dimedia cetak maupun media elektronik yang ada kaitannya dengan masalah gizi supaya hasilnya lebih optimal. Ibu balita hendaknya lebih meningkatkan kemampuannya dalam menyelenggarakan makanan sehat seimbang dengan melatih diri dalam penyusunan menu seimbang, pemilihan bahan makanan, pengolahan makanan, dan penyajian makanan yang mengacu pada pola makan sehat seimbang yaitu menu empat sehat lima sempurna untuk balita dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbiasa dengan penyelenggaraan makanan sehat seimbang.

2. Kader Posyandu

Kader Posyandu di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung sebagai pelaksana penyuluhan gizi, sebaiknya lebih meningkatkan pelaksanaan penyuluhan baik dari segi pendekatan maupun penyampaian materi penyuluhan gizi. Peningkatan penyuluhan gizi dapat dilakukan sebagai berikut :

Kader Posyandu hendaknya mengadakan pendekatan yang intensif dan selalu memberikan motivasi kepada ibu balita agar lebih bersungguh-sungguh di dalam mengikuti kegiatan Posyandu yang meliputi kegiatan penimbangan balita, kegiatan penyuluhan gizi dan kegiatan lainnya, sehingga diharapkan akan tercapai keadaan gizi dan derajat kesehatan balita yang optimal.

