

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI**

Pada bab V ini penulis menguraikan kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi yang akan disusun berdasarkan seluruh kegiatan penelitian tentang “Upaya Ibu Peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita Usia 3-5 Tahun (Penelitian Terbatas Pada Ibu Posyandu Tulip RW 08 Kelurahan Warung Muncang Kec. Bandung Kulon)”.

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini berdasarkan pada latar belakang masalah, tujuan penelitian, hasil pengolahan data dan pembahasan hasil penelitian yang dapat dikemukakan sebagai berikut :

##### **1. Upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita berupa upaya dalam perencanaan menu.**

Hasil penelitian menunjukkan setelah ibu mengikuti pelatihan gizi tentang upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita dalam perencanaan menu berada pada kriteria cukup, menunjukkan bahwa upaya ibu dalam penyelenggaraan menu makan balita telah cukup berupaya dalam perencanaan menu yang meliputi memilih bahan makanan sehari untuk balita, menerapkan frekuensi makan sehari untuk balita yang sesuai dengan kapasitas saluran pencernaan balita untuk menerima jumlah makanan dan contoh menu makan untuk balita.

## **2. Upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita berupa upaya dalam pengolahan makanan.**

Hasil penelitian menunjukkan setelah ibu balita mengikuti pelatihan gizi tentang upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita berupa pengolahan makanan berada pada kriteria cukup, menunjukkan bahwa upaya ibu dalam penyelenggaraan menu makan balita telah cukup berupaya dalam pengolahan makanan yang meliputi cara pemilihan dan pencucian bahan makanan serta teknik memasak makanan agar zat gizi dalam bahan makanan tidak banyak hilang atau rusak, warna makanan tidak banyak berubah, sehingga menimbulkan selera makan anak dan anak dapat mudah mengunyah serta mencerna makanan.

## **3. Upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita berupa upaya dalam aspek penyajian makanan.**

Hasil penelitian menunjukkan setelah ibu mengikuti pelatihan gizi tentang upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita dalam aspek penyajian makanan berada pada kriteria cukup, menunjukkan bahwa upaya ibu dalam penyelenggaraan menu makan balita telah cukup berupaya dalam penyajian makanan yang meliputi tata cara penyajian makanan dan peralatan makan yang dapat mengefisienkan anak belajar makan sendiri.

Kesimpulan yang telah dikemukakan tersebut, menunjukkan bahwa rata-rata besarnya upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan

balita usia 3-5 tahun yang mencakup aspek perencanaan menu, pengolahan makanan, dan penyajian makanan berada pada kriteria cukup.

## **B. Implikasi**

Implikasi dari kesimpulan yang telah dikemukakan sebelumnya berhubungan dengan upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun sebagai berikut :

1. Hasil penelitian upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa perencanaan menu berada pada kriteria cukup, sehingga diharapkan ibu balita dapat terus berupaya untuk lebih memperhatikan perencanaan menu guna memenuhi kebutuhan gizi anak balita usia 3-5 tahun sehari-hari.
2. Hasil penelitian upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa pengolahan makanan berada pada kriteria cukup, sehingga ibu balita perlu lebih berupaya memperhatikan proses pengolahan makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak banyak hilang atau rusak.
3. Hasil penelitian upaya ibu peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa penyajian makanan berada pada kriteria cukup, sehingga ibu balita perlu meningkatkan keterampilan memvariasikan hidangan dan kualitas alat makan untuk meningkatkan selera makan balita.

### C. Rekomendasi

Rekomendasi hasil penelitian ini disusun dengan mengacu pada kesimpulan dan implikasi hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya. Penulis mencoba memberanikan diri untuk mengajukan rekomendasi yang sekiranya dapat menjadi bahan masukan bagi ibu balita dalam upaya penyelenggaraan menu makan balita.

Rekomendasi ini ditujukan kepada ibu balita dalam mempertahankan dan lebih mengembangkan pengetahuannya tentang penyelenggaraan menu makan balita dengan berpartisipasi lebih aktif dalam kegiatan yang diselenggarakan oleh posyandu atau puskesmas, membaca referensi buku atau majalah yang berkaitan dengan penyelenggaraan menu makan balita, membaca resep makanan balita agar ibu memiliki keterampilan dalam menyelenggarakan variasi makanan yang sehat bagi anak balita.