

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 78 balita di Desa Sukamandi Hulu, diperoleh bahwa:

1. Asupan Protein sebanyak 42,31% pada balita di Desa Sukamandi Hulu Kecamatan Pagar Merbau termasuk dalam kategori tidak baik.
2. Asupan Zat Besi (Fe) sebanyak 53,85% pada balita di Desa Sukamandi Hulu Kecamatan Pagar Merbau termasuk dalam kategori tidak baik.
3. Asupan Kalsium (Ca) sebanyak 52,56% pada balita di Desa Sukamandi Hulu Kecamatan Pagar Merbau termasuk dalam kategori tidak baik.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein, zat besi (fe), dan kalsium (ca) dengan kejadian stunting pada balita di Desa Sukamandi Hulu Kecamatan Pagar Merbau. Kekurangan asupan zat-zat gizi ini berkontribusi terhadap terjadinya gangguan pertumbuhan linear atau stunting.

B. Saran

1. Bagi Instalasi Kesehatan (Puskesmas)

Diharapkan kepada tenaga kesehatan agar lebih banyak memberikan informasi tentang pola makan yang beragam dan seimbang kepada orang tua balita di Desa Sukamandi Hulu Kecamatan Pagar Merbau agar zat gizi yang dibutuhkan balita terpenuhi, seperti penyuluhan tentang makanan tinggi protein, zat besi, dan kalsium.

2. Bagi orang tua balita

Agar memperhatikan pemenuhan gizi seimbang, terutama mencukupi asupan protein hewani dan nabati, serta zat besi, vitamin, dan mineral. Terhadap status gizi balita orangtua harus memperhatikan sumber pangan seperti daging, hati, ikan, telur, dan sayuran berdaun hijau untuk mendukung pertumbuhan balita secara optimal.