

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di RA Nurul Ulum Tunggalpager, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar anak usia prasekolah di RA Nurul Ulum Tunggalpager memiliki pola makan dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua telah cukup memperhatikan pemenuhan kebutuhan makan anak sehari-hari.
2. Sebagian besar anak usia prasekolah di RA Nurul Ulum Tunggalpager memiliki status gizi dalam kategori baik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan nutrisi anak pada umumnya telah terpenuhi dengan cukup baik sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak.
3. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa anak dengan pola makan baik cenderung memiliki status gizi baik. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah, dimana pola makan yang baik dapat membantu menjaga status gizi anak tetap optimal.

5.2 Saran

1. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat lebih memperhatikan pola makan anak dengan memberikan makanan bergizi seimbang, membiasakan jadwal makan yang teratur, serta mengurangi pemberian jajanan yang kurang sehat agar status gizi anak tetap baik dan pertumbuhan anak dapat optimal.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi mengenai pola makan sehat dan gizi seimbang kepada anak maupun orang tua sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam menjaga status gizi anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai faktor lain yang berhubungan dengan status gizi anak usia prasekolah, seperti aktivitas fisik, pola asuh orang tua, kebiasaan jajan, dan lingkungan sosial agar diperoleh hasil penelitian yang lebih luas dan mendalam.