

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil terkait pola makan responden yaitu:

- a. Pola makan yang ada pada balita *stunting* di Desa Sumberejo Kota Batu yaitu menunjukkan 12 responden (36,36%) dengan kategori pola makan baik dan 21 responden (63,63%) dengan kategori pola makan kurang.
- b. Frekuensi bahan pangan sumber karbohidrat tergolong sering sekali, frekuensi makan sumber protein hewani tergolong sering, frekuensi makan sumber protein hewani olahan terutama susu formula tergolong sering sekali, frekuensi makan sumber protein nabati tergolong sering sekali, frekuensi makan sayuran tergolong sering, frekuensi makan buah-buahan tergolong sering, dan frekuensi makan snack atau jajanan tergolong sering.
- c. Sumber karbohidrat yang sering sekali dikonsumsi adalah nasi dan yang kadang-kadang dikonsumsi adalah mie basah, sumber protein hewani yang sering dikonsumsi adalah telur ayam dan yang jarang dikonsumsi adalah daging sapi, sumber protein hewani olahan yang sering sekali dikonsumsi adalah susu formula atau susu pertumbuhan dan yang biasa dikonsumsi adalah susu kemasan, sumber protein nabati yang sering sekali dikonsumsi adalah tempe dan yang jarang dikonsumsi adalah kacang hijau, sayuran yang sering dikonsumsi adalah wortel dan yang jarang dikonsumsi adalah daun singkong, buah-buahan yang sering dikonsumsi adalah pisang dan yang jarang dikonsumsi adalah pepaya, dan snack atau jajanan yang sering dikonsumsi adalah jajanan ringan, wafer, dan yang jarang dikonsumsi adalah pentol cilok.

Sedangkan, kesimpulan yang dapat diambil terkait tingkat konsumsi responden yaitu:

- a. Tingkat konsumsi energi mayoritas adalah kategori kurang yaitu sebanyak 13 responden (39,39%), tingkat konsumsi protein mayoritas adalah kategori lebih yaitu sebanyak 30 responden (90,90%), tingkat konsumsi lemak mayoritas adalah kategori sangat kurang yaitu sebanyak 15 responden (45,45%), dan tingkat konsumsi karbohidrat mayoritas adalah dengan kategori sangat kurang yaitu 10 responden (30,30%).

## **B. Saran**

Saran dari penulis Karya Tulis Ilmiah ini adalah diharapkan:

1. Ibu atau orang tua balita *stunting* dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya pola makan yang beragam dan seimbang untuk pertumbuhan balita dan juga memperkenalkan bahan pangan lokal kepada balita sebagai upaya terpenuhinya kebutuhan balita.
2. Ibu atau orang tua balita *stunting* dapat memperhatikan dan menerapkan frekuensi makan balita yang sesuai dengan kebutuhannya, serta juga memperhatikan frekuensi pemberian susu formula yang tepat dan sesuai dengan anjuran yang telah diberikan.
3. Petugas kesehatan atau puskesmas diharapkan dapat memberikan edukasi atau penyuluhan lebih lanjut terkait PKMK berupa susu formula yang diberikan kepada balita *stunting*, sehingga pemberian susu formula pada balita dapat sesuai dengan anjuran yang telah ditetapkan dan sesuai dengan kebutuhan balita.