

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan pada anak TK Al-Falah Kota Jambi dapat disimpulkan bahwa :

1. Responden berdasarkan distribusi karakteristik usia dan jenis kelamin pada anak TK Al-Falah Kota Jambi didapatkan bahwa responden didominasi oleh kelompok usia 5 tahun 0 bulan- 5 tahun 11 bulan dan berjenis kelamin perempuan.
2. Jumlah anak yang memiliki riwayat makrosomia di TK Al-Falah Kota Jambi berjumlah 13 orang (13%) dengan 11 diantaranya tergolong kategori gizi lebih dan 2 diantaranya tergolong gizi baik.
3. Berdasarkan riwayat MP-ASI pada anak TK Al-Falah Kota Jambi didapatkan paling banyak mempunyai riwayat MP-ASI dini yaitu sebanyak (54%).
4. Aktivitas fisik anak TK Al-Falah Kota Jambi didapatkan paling banyak masuk ke dalam kategori aktivitas fisik kurang yaitu sebanyak (63%).
5. Berdasarkan pola makan, anak TK Al-Falah Kota Jambi paling banyak mempunyai pola makan tidak seimbang sebanyak (89%).
6. Anak dengan kejadian gizi lebih di TK Al-Falah Kota Jambi berjumlah 60 orang (60% dari total sampel).
7. Hubungan makrosomia dengan kejadian gizi lebih pada anak TK Al-Falah Kota Jambi tidak terbukti signifikan secara statistik (*p-value* 0.052)
8. Hubungan MP-ASI dini dengan kejadian gizi lebih pada anak TK Al-Falah Kota Jambi terbukti signifikan secara statistik (*p-value* 0.007).
9. Hubungan Aktivitas Fisik dengan kejadian gizi lebih pada anak TK Al-Falah Kota Jambi terbukti signifikan secara statistik (*p-value* <0.001)
10. Hubungan pola makan dengan kejadian gizi lebih pada anak TK Al-Falah Kota Jambi tidak terbukti signifikan secara statistik (*p-value* 0.297).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil simpulan penelitian tentang hubungan makrosomia, MP-ASI dini, aktivitas fisik, dan pola makan pada anak usia 3-5 tahun, maka dianjurkan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti diharapkan dapat terus menambah pengetahuan, baik terkait ilmu gizi maupun ilmu kedokteran lainnya.
2. Bagi orang tua anak TK Al-Falah Kota Jambi diharapkan dapat memperbaiki pola makan anak agar dapat terbentuk pola makan yang seimbang dan memperbanyak aktivitas fisik pada keseharian anak sehingga diperoleh aktivitas fisik yang cukup sesuai anjuran.
3. Bagi pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai gizi dan ikut serta dalam membentuk gaya hidup sehat anak melalui program-program yang dapat disesuaikan dengan kurikulum sekolah.
4. Bagi Dinas Kesehatan agar dapat memberikan sosialisasi kepada masyarakat mengenai waktu yang tepat dalam pemberian MP-ASI agar anak terhindar dari risiko kejadian gizi lebih di kemudian hari.