

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden memiliki rata-rata usia 31,2 tahun. Mayoritas responden (76,2%) tidak bekerja atau sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dan sebagian besar memiliki penghasilan keluarga kurang dari Rp1.970.000 (UMK Kabupaten Banyumas Tahun 2021) (53,5%).
2. Mayoritas anak memiliki rata-rata usia 25 bulan. Sebagian besar anak usia *toddler* berjenis kelamin perempuan sebanyak 53,5% dan sebagian besar memiliki riwayat pemberian ASI eksklusif dengan persentase 72,3%.
3. Rata-rata total skor perilaku makan ibu saat hamil adalah 60,74 (dari total poin 105)
4. Rata-rata total skor perilaku makan anak usia *toddler* adalah 79,73 (dari total poin 140)
5. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan ibu saat hamil dengan perilaku makan pada anak usia *toddler* (1-3 tahun) dengan arah hubungan positif dan tingkat hubungan sedang di wilayah Posyandu Puskesmas Purwokerto Utara II.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku makan ibu saat hamil dapat memengaruhi perilaku makan anak usia *toddler*. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dalam pengembangan pembelajaran mengenai perilaku makan ibu dan hubungannya dengan perilaku makan anak serta faktor yang memengaruhinya.
2. Bagi Responden (Ibu yang memiliki anak usia *toddler*)
Perilaku makan ibu saat hamil dapat memengaruhi perilaku makan pada anak oleh karena itu, bagi ibu khususnya di wilayah Puskesmas Purwokerto Utara II harus lebih memperhatikan perilaku makan anak dan mengajarkan perilaku makan yang baik. Ibu juga dapat mengenalkan berbagai macam makanan sehingga anak memiliki banyak preferensi rasa

terhadap makanan. Selanjutnya ibu dapat belajar tentang gizi ibu dan anak serta memperbaiki perilaku makan di kehamilan berikutnya.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi dalam mengembangkan pedoman makan sehat untuk ibu hamil dan anak usia *toddler*. Selain itu, pihak pelayanan kesehatan dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang pentingnya menjaga perilaku makan selama masa kehamilan dan pemenuhan gizi pada anak usia *toddler*.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti pengaruh perilaku makan ibu selama kehamilan pada variabel lain selain perilaku makan anak usia *toddler*. Peneliti selanjutnya juga dapat mendalami faktor yang dapat memengaruhi perilaku makan anak lainnya seperti pemberian makan orang tua, perilaku makan orang tua dan keluarga, dan riwayat pemberian ASI pada anak. Selain itu, disarankan untuk menggunakan asisten penelitian dari mahasiswa sehingga pada saat ibu mengisi kuesioner tetap didampingi oleh asisten atau peneliti meskipun dilakukan *door to door*.