

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta analisis yang mengacu pada tujuan khusus penelitian, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden memiliki rentang usia 22 hingga 43 tahun, mayoritas memiliki tingkat pendidikan SMA, tidak bekerja atau sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), dan penghasilan keluarga kurang UMK Banyumas Tahun 2024
2. Bayi memiliki rentang usia 6 hingga 12 bulan dengan mayoritas berjenis kelamin laki – laki. Seluruh bayi memiliki riwayat pemberian ASI secara eksklusif.
3. Sebanyak 50 responden memiliki perilaku makan yang lebih kuat, baik dalam hal ketertarikan terhadap makanan maupun respons emosional terhadap makan. Sementara itu, sisanya berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa hampir setengahnya memiliki kecenderungan perilaku makan yang lebih rendah selama kehamilan. Ini menunjukkan kecenderungan perilaku makan ibu hamil di populasi penelitian cenderung aktif / responsif.
4. Sebagian besar responden memiliki pola pemberian makan yang tepat yaitu sebanyak 76 responden, sedangkan responden dengan pola pemberian makan tidak tepat hanya sebanyak 9 responden
5. Berdasarkan uji Somers' d, terdapat hubungan yang signifikan antara kategori perilaku makan ibu (AEBQ) dengan ketepatan pola pemberian makan bayi (CFQ) ( $p < 0,001$ ) dengan arah yang positif, semakin baik perilaku makan ibu saat hamil, semakin tepat pula pola pemberian makan pada bayi usia 6–12 bulan.

### **B. Saran**

1. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan, diharapkan dapat meningkatkan penyediaan materi dan pembelajaran yang berkaitan dengan perilaku

makan ibu hamil serta pengaruhnya terhadap pola pemberian makan pada bayi. Institusi juga disarankan untuk mendorong mahasiswa memperdalam topik ini melalui kajian teoritis maupun penelitian, sehingga pemahaman mengenai edukasi gizi selama kehamilan dapat lebih berkembang dan aplikatif.

2. Bagi Responden (Ibu yang memiliki bayi usia 6 – 12 bulan)

Bagi para ibu, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Somagede, disarankan untuk lebih memperhatikan kebiasaan makan selama kehamilan serta menerapkannya dalam pola pemberian makan pada bayi. Ibu dapat mulai dengan memberikan MP-ASI tepat waktu, memilih bahan makanan yang seimbang, dan menyesuaikan porsi dengan usia serta kebutuhan bayi, sehingga kebiasaan makan yang baik dapat terbentuk sejak dini.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan, disarankan untuk melakukan evaluasi dan penyempurnaan terhadap pelaksanaan edukasi perilaku makan ibu hamil dan praktik pemberian makan bayi yang selama ini telah berjalan. Temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam menyesuaikan materi konseling, kelas ibu hamil, dan penyuluhan di posyandu agar lebih sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dan ibu dengan bayi usia 6–12 bulan.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel penelitian dengan menambahkan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap pola pemberian makan bayi. Penelitian lanjutan juga dapat mengkaji hubungan perilaku makan ibu dengan status gizi bayi karena status gizi bayi merupakan indikator penting kesehatan dan tumbuh kembang, sementara masalah gizi pada bayi masih menjadi isu kesehatan masyarakat.