

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pola makan pada anak usia prasekolah di PAUD Permata Kasih, didapatkan bahwa dari 38 responden, sebagian besar memiliki pola makan yang baik pada anak usia prasekolah dengan jumlah 24 responden (63,2%) dan setengahnya memiliki pola makan yang tidak baik sejumlah 14 responden (36,8%).

#### **5.2 Saran**

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Dapat menjadi pedoman bagi para guru guna meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang pola makan anak.

2. Bagi Perawat

Memberikan edukasi kepada anak prasekolah dan orang tua terutama ibu tentang pola makan yang baik untuk anaknya, agar mencegah terjadinya gizi buruk pada anak prasekolah

### 3. Bagi Orang Tua

Membiasakan anak untuk sarapan pagi yang mengandung unsur gizi seimbang dengan mengkonsumsi lima kelompok pangan setiap hari atau setiap kali makan dan makan tiga kali sehari sesuai anjuran porsi kelompok umur anak prasekolah (4-6 Tahun).

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S,. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto,S. 2013. *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta : RinekaCipta.
- Ankara. (2015). Pendidikan Gizi Pada Anak Prasekolah. *Ines Journal*, 450.
- Fitriani, F. (2009). *Gambaran penyebab kesulitan makan pada anak prasekolah usia 3-5 tahun di perumahan top amin mulya jakabaring Palembang tahun 2009*. 2.
- Hariani. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 661.
- Karaki, K. B. (2016). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Di Taman Kanak-Kanak Desa Palelon Kec. Modinding Minahasa Selatan. *ejournal Keperawatan*, 1-2.
- Najib, A. (2016). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Al-Ikhwah Pontianak. 5.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.

- Ratnawati, R. (2016). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Status Gizi Balita Desa Sumber Gando Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun. *Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 1.
- Sa'diya, L. K. (2015). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah Di PAUD Tunas Mulia Claket Kecamatan Pacet Mojokerto. *Midwifery*, 70-71.
- Sari, G. (2016). Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang 2014. *Kesehatan Andalas*, 392.
- Sediaoetama, A.D., 2012. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Soetjningsih. 2015. *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Sulistiyadewi, N. P. (2017). tingkat pengetahuan terhadap pola makan dan status gizi anak balita di taman kanak-kanak Denpasar selatan. *kesehatan terpadu*, 26.
- Sulistyoningsih, Hariyani. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supariasa. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Wulandari, R. (2016). Perbedaan Perkembangan Sosial Anak Usia 3-6 Tahun Dengan Pendidikan Usia Dini Dan Tanpa Pendidikan Usia Dini Di Kecamatan Peterongan Jombang. *Biomedika*, 47-48.
- Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.