BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. *Recall* asupan : rata-rata persentase hasil *recall* 3x24 jam yaitu asupan energi 1.311,58 kkal (63%) defisit berat, asupan protein 62,7 gr (70%) defisit berat, asupan lemak 48,32 (94%) normal, dan asupan karbohidrat 149,5 (39%) defisit berat.
2. Antropometri : berat badan mengalami kenaikan 0,2 kg menjadi 37,7kg dengan status gizi tetap dalam kategori gizi buruk .
3. Fisik : pada hari terakhir pengamatan responden mengatakan tidak lemas lagi namun terkadang masih merasakan pusing.
4. Diagnosa gizi:
   a) NI-2.1 asupan oral tidak adekuat berkaitan dengan mengalami penurunan nafsu makan ditandai dengan persentase hasil *recall* 1x24jam asupan energi (51%) defisit berat, asupan protein (57%) defisit berat, asupan lemak (67%) defisit berat, dan asupan karbohidrat (31%) defisit berat.
   b) NC-3.1 berat badan kurang/*underweight* berkaitan dengan terjadi penurunan berat badan selama enam bulan terakhir ditandai dengan hasil perhitungan IMT 15,8 kg/m^2.
   c) NB-1.1 kurangnya pengetahuan tentang makanan dan zat gizi berkaitan dengan kurangnya edukasi sebelumnya yang berhubungan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

dengan asupan zat gizi selama masa menyusui ditandai dengan pemahaman ibu yang masih kurang berdasarkan hasil jawaban kuesioner yang diberikan.

5. Intervensi gizi: edukasi yang diberikan efektif dalam membantu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai kebutuhan asupan dan zat gizi selama masa menyusui meskipun asupan yang dicapai belum optimal.
6. Monitoring dan Evaluasi: selama 7 hari intervensi diketahui monev pengetahuan ibu meningkat dan untuk hasil *recall* 3x24jam hanya asupan lemak saja yang sudah mencapai >80% kebutuhan, untuk pencapaian asupan energi, asupan protein, dan asupan karbohidrat belum mencapai >80% kebutuhan.

5.2 Saran

1.2.1 Bagi Ibu Menyusui

a. Diharapkan untuk lebih meningkatkan asupan energi dan karbohidrat karena asupan yang dicapai masih sangat kurang dari kebutuhan dengan selalu menjaga konsistensi asupan makan setiap hari sesuai dengan diet yang direkomendasikan untuk mencukupi kebutuhan gizi responden.
b. Responden dianjurkan untuk secara aktif memantau berat badan dan tekanan darah secara mandiri.

1.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

a. Penelitian di masa mendatang disarankan untuk menggunakan periode monitoring yang lebih panjang (misalnya, lebih dari

seminggu) untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai asupan gizi responden, serta untuk menilai perubahan antropometri yang signifikan secara klinis.

1.2.3 Bagi Puskesmas/Institusi

a. Mengembangkan program edukasi gizi yang berkelanjutan dan interaktif bagi ibu menyusui yang mempunyai balita stunting, dengan penekanan pada pemahaman praktis tentang pentingnya ASI eksklusif dan pemberian ASI penuh sampai anak berusia 24 bulan, serta pemberian MPASI, pemilihan bahan makanan, dan cara mengolah bahan makanan yang tepat sesuai usia anak.
b. Mengintegrasikan intervensi gizi dengan aspek lain, seperti program pemberian PMT untuk hasil yang lebih optimal.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu