

## BAB V SIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 50 ibu yang memiliki anak stunting di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar ibu berada pada rentang usia 31–40 tahun yaitu sebesar 52,0%, dengan pendidikan terakhir terbanyak SMA/SMK sebesar 56,0%, dan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga sebesar 82,0%. Berdasarkan karakteristik anak, sebagian besar anak berada pada usia 1–3 tahun sebesar 52,0%, dan berjenis kelamin laki-laki sebesar 52,0%.
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial pada kategori tinggi sebesar 54,0%, diikuti kategori sedang sebesar 28,0%, dan kategori rendah sebesar 18,0%.
3. Berdasarkan tingkat stres, sebagian besar responden berada pada kategori stres sedang sebesar 52,0%, diikuti stres ringan sebesar 30,0%, dan stres tinggi sebesar 18,0%.
4. Strategi coping ibu yang memiliki anak stunting terbanyak berada pada kategori adaptif sebesar 62,0%, sedangkan kategori maladaptif sebesar 38,0%.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan strategi coping pada ibu yang memiliki anak stunting dengan nilai  $p = 0,011 (< 0,05)$ .

6. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan strategi koping pada ibu yang memiliki anak stunting dengan nilai  $p = 0,001 (< 0,05)$ .

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Ibu yang Memiliki Anak Stunting**

Diharapkan ibu dapat lebih terbuka dalam mencari dan menerima dukungan sosial dari keluarga, tenaga kesehatan, maupun lingkungan sekitar, serta berupaya mengelola stres secara positif agar dapat menggunakan strategi koping yang adaptif dalam menghadapi permasalahan terkait kondisi anak.

### **5.2.2 Bagi Puskesmas Kecamatan Kramat Jati**

Diharapkan pihak puskesmas dapat meningkatkan program edukasi terkait penanganan stunting yang disertai dengan skrining tingkat stres pada ibu serta pemberian konseling atau pendampingan psikologis sederhana secara berkala. Selain itu, puskesmas juga diharapkan melibatkan anggota keluarga dalam kegiatan edukasi dan pendampingan agar ibu memperoleh dukungan sosial yang optimal dalam menghadapi kondisi anak stunting dan mampu menerapkan strategi koping yang lebih adaptif.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kondisi psikologis ibu, serta menggunakan desain penelitian yang berbeda untuk memperdalam hasil penelitian.