

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan, terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar di SD Mejing 1 dan 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta.
2. Sebagian besar siswa SD 1 dan 2 Mejing setiap pagi melakukan sarapan pagi dimana terdapat 23 (41.1%) siswa yang selalu sarapan pagi.
3. Sebagian besar index masa tubuh siswa SD Mejing 1 dan 2 dalam keadaan normal, dimana terdapat 36 siswa yang IMT nya normal.
4. Ada sedikit perbedaan hasil konsentrasi belajar siswa SD 1 dan 2 Mejing yaitu 1 (0.8%) yang dimana siswa yang konsentrasi belajarnya kurang ada 19 orang, konsentrasi belajar yang cukup ada 19 siswa dan konsentrasi belajar yang baik ada 18 siswa.
5. Adanya hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar dimana nilai $p > 0.05$ yaitu nilai $p 0.000$
6. Adanya hubungan antara status gizi dengan konsentrasi belajar dimana nilai $p > 0.05$ yaitu nilai $p 0.007$.

B. Saran

Bedasarkan hasil penelitian hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dengan kosentrasi belajar siswa kelas 5 di SD Mejing 1 dan 2 Yogyakarta, makan saran yang dapat disampaikan peneliti adalah:

1. Bagi pihak SD Mejing 1 dan 2 Yogyakarta

Memberikan penyuluhan kepada siswa dan wali siswa untuk pentingnya sarapan pagi sebelum ke sekolah

2. Bagi keluarga atau wali murid

Bagi orang tua diharapkan selalu menyiapkan sarapan pagi sebelum anak pergi ke sekolah

3. Bagi pemerintah

Diharapkan bagi pemerintah agar selalu merencanakan program untuk penanggulangan gizi kurang dan gizi buruk di masyarakat

4. Bagi peneliti lain

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar menambah jumlah sampel, dan memberikan perlakuan memberikan sarapan pagi dan mengukur secara langsung setelah membarikan sarapan pagi atau menggunakan metode eksperimen agar mengetahui secara pasti hubungan kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dengan kosentrasi belajar.