

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa sarapan meningkatkan rerata skor tes memori jangka pendek anak usia 9-12 tahun meskipun secara statistik tidak bermakna.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasn dan kesimpulan yang telah dilakukan maka peneliti ingin memberi masukan sehubungan dengan hasil penelitian yang telah diperoleh, sebagai berikut:

1. Penelitian mengenai pengaruh sarapan terhadap memori jangka pendek perlu diteliti lebih lanjut dengan mempertimbangkan jumlah sampel yang sesuai dan pemberian perlakuan yang terkontrol.
2. Penelitian mengenai pengaruh sarapan terhadap memori jangka pendek yang selanjutnya perlu menggunakan metode yang lebih baik guna menghilangkan beberapa faktor yang tidak dapat dihilangkan pada penelitian ini.