

## BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

### 1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan mengenai status gizi, kebiasaan sarapan, dan kadar hemoglobin dengan prestasi belajar pada siswa SDN 12 Sungai Liku Kabupaten Pesisir Selatan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh (54,4%) anak kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku memiliki prestasi belajar kurang dengan rata-rata nilai prestasi belajar seluruh responden adalah 68,7.
2. Lebih dari separuh (57,9%) anak kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku memiliki status gizi normal dengan rata-rata status gizi seluruh responden menurut IMT/U adalah  $Z_{score}$  -1,05.
3. Sebagian besar (73,7%) anak kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku tidak terbiasa sarapan pagi dengan rata-rata frekuensi sarapan pagi seluruh responden adalah 2 kali seminggu.
4. Lebih dari separuh (63,2%) anak kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku memiliki kontribusi asupan sarapan kurang dengan rata-rata kontribusi asupan sarapan seluruh responden adalah 214,64 kkal.
5. Sebagian besar (71,9%) anak kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku tidak anemia dengan rata-rata kadar hemoglobin seluruh responden adalah 12,74 gr/dL.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku.

7. Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku.
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi asupan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku.
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V SDN 12 Sungai Liku.

### 1.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diberikan beberapa saran, yakni sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua

Orang tua harus mengatur pola hidup sehat di dalam keluarga khususnya dalam mengatur makanan sehari-hari, dengan membiasakan anak makan dalam jumlah cukup dan gizi seimbang, sebaiknya juga membiasakan anak untuk sarapan pagi.

2. Bagi sekolah

Wali kelas sebaiknya memberikan edukasi tentang gizi dan pentingnya sarapan pagi kepada siswa, bisa pada saat sebelum memulai pelajaran atau saat sebelum anak pulang sekolah.



