

## **BAB 7 PENUTUP**

### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa SD Alam Ar-Royyan didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa dalam penelitian ini terdiri dari siswa kelas III, IV, dan V dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan dan umur terbanyak adalah 9 tahun.
2. Sebagian besar siswa SD Alam Ar-Royyan mengalami dehidrasi derajat sedang.
3. Lebih dari setengah siswa SD Alam Ar-Royyan memiliki daya konsentrasi rendah.
4. Tidak ada hubungan antara status hidrasi terhadap daya konsentrasi anak SD Alam Ar-Royyan.

### **7.2 Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab dehidrasi yang dialami siswa serta mencari tahu faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi daya konsentrasi siswa.
2. Penelitian selanjutnya diharapkan menilai asupan cairan harian dan aktivitas fisik dari masing-masing responden serta membandingkan antara status hidrasi dan daya konsentrasi pada pagi dan siang hari.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan melakukan penelitian secara longitudinal atau dalam jangka waktu yang panjang agar hasil penelitian selalu sesuai dengan perubahan yang mungkin terjadi pada responden penelitian.
4. Perlu dilakukan edukasi dan informasi terkait pentingnya pemenuhan kebutuhan cairan harian kepada siswa SD Alam Ar-Royyan.

5. Diharapkan adanya dukungan dari guru dan seluruh stakeholder SD Alam Ar-Royyan dalam mendukung perilaku hidrasi yang baik pada peserta didik. Hal ini dapat dilakukan melalui kebijakan pembiasaan minum air serta meningkatkan penyediaan akses air minum.

