

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Lebih dari separuh siswa adalah berjenis kelamin perempuan dan siswa paling banyak berumur 10 tahun.
2. Lebih dari separuh siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang mempunyai prestasi belajar yang baik.
3. Lebih dari separuh siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang mempunyai pengetahuan gizi yang rendah.
4. Lebih dari separuh siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang sering makan pagi.
5. Lebih dari separuh siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang mendapat dukungan orang tua yang tinggi.
6. Lebih dari separuh siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang berstatus gizi normal.
7. Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan prestasi belajar siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang.
8. Ada hubungan antara praktek makan pagi dengan prestasi belajar siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang.
9. Ada hubungan antara dukungan orang tua dengan prestasi belajar siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang.
10. Ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa Kelas IV dan V SD di Kecamatan Limbur Lubuk Mengkuang.

1.2 SARAN

1. Diharapkan kepada pihak sekolah, baik guru kelas maupun guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk memasukkan materi gizi seimbang dalam pelajarannya, tidak berorientasi kepada slogan “4 sehat 5 sempurna” saja. Buku yang bisa dijadikan rujukan seperti buku Pedoman Gizi Seimbang untuk Anak Sekolah Dasar dari Yayasan Danone Indonesia dan buku Pedoman Gizi Seimbang dari Kementerian Kesehatan RI.
2. Diharapkan kepada orang tua siswa agar selalu menyediakan makan pagi yang bergizi; terdiri dari makanan pokok, lauk, sayur dan buah kepada anaknya sebelum berangkat ke sekolah, jika anak tidak sempat setidaknya diberikan bekal atau menyuruh membeli makanan yang sehat di sekolah. Kepada pihak sekolah diharapkan untuk menyediakan kantin sehat di lingkungan sekolahnya.
3. Diharapkan kepada orang tua siswa agar meningkatkan dukungannya kepada anaknya, terutama dukungan instrument, seperti membelikan buku-buku tambahan belajar anak dan mematikan televisi saat jadwal belajar. Selain itu kepala sekolah juga perlu meningkatkan dukungan baik sarana maupun prasarana demi meningkatkan prestasi belajar siswanya, seperti mengusulkan penambahan ruang belajar serta mengusulkan menambah guru, terutama guru bidang studi.
4. Kepada keluarga dan pihak sekolah agar selalu memonitoring status gizi siswa, setidaknya setiap 6 bulan sekali, karena status gizi siswa sangat berpengaruh terhadap kesehatan maupun prestasi belajarnya. Kepada keluarga dapat dilakukan dengan memastikan anak untuk sarapan pagi dan dengan memberikan makanan yang bergizi dan beranekaragam. Sedangkan kepada pihak sekolah

dapat dilakukan dengan mengaktifkan kembali Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan bekerjasama dengan pihak Puskesmas serta Pemberian Makanan Tambahan untuk Anak Sekolah (PMT-AS).

