

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Jenis sarapan pagi yang dikonsumsi termasuk dalam kategori kurang yaitu 2 jenis terdiri dari roti, teh / roti, susu / nasi, telur goreng sebanyak 28 anak SD 44,4%. Dari hasil pengamatan tingkat konsumsi energi sarapan pagi dengan jumlah terbanyak kategori normal yaitu 28 anak SD 44,4% dan hasil pengamatan tingkat konsumsi protein sarapan pagi dengan jumlah terbanyak kategori normal yaitu 30 anak SD 47,6%.
2. Status gizi yang diperoleh melalui menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan berdasarkan IMT/U dengan jumlah terbanyak kategori normal yaitu 45 anak SD 71,4%.
3. Hasil belajar yang diperoleh dengan mencatat nilai raport masing-masing siswa diperoleh sebagian sampel dengan hasil belajar kategori cukup yaitu 51 anak SD 81,0%.
4. Anak SD yang mengkonsumsi 2 jenis sarapan pagi memiliki status gizi normal. Namun ada juga yang memiliki status gizi obesitas. Anak SD yang memiliki tingkat konsumsi energi sarapan pagi kategori normal memiliki status gizi normal, namun ada juga anak SD dengan tingkat konsumsi energi defisit yang memiliki status gizi gemuk dan obesitas. Anak SD yang memiliki tingkat konsumsi protein sarapan pagi kategori normal memiliki status gizi normal, namun ada juga anak SD dengan tingkat konsumsi protein defisit yang memiliki status gizi gemuk.

5. Anak SD yang memiliki status gizi normal dengan hasil belajar yang cukup, namun status gizi normal juga memiliki hasil belajar yang baik.
6. Anak SD yang mengkonsumsi 2 jenis sarapan pagi memiliki hasil belajar yang cukup, namun ada juga yang memiliki hasil belajar yang baik. Anak SD yang memiliki tingkat konsumsi energi sarapan pagi kategori normal dengan hasil belajar yang cukup, namun ada juga yang memiliki hasil belajar yang baik. Anak SD yang memiliki tingkat konsumsi protein sarapan pagi kategori normal dengan hasil belajar yang cukup, namun ada juga yang memiliki hasil belajar yang baik.

B. Saran

Tidak adanya hubungan antara sarapan pagi yang meliputi (jenis dan jumlah) dengan status gizi, tidak adanya hubungan antara status gizi dengan hasil belajar serta tidak adanya hubungan antara sarapan pagi yang meliputi (jenis dan jumlah) dengan hasil belajar, maka sebaiknya dalam penelitian agar mencari faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi sarapan pagi, status gizi dan hasil belajar, sehingga perlu penelitian lebih lanjut mengenai sarapan pagi pada anak SD.