

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Status Gizi dengan kategori status gizi normal yaitu 46 anak (63,01%) namun ada yang memiliki status gizi sangat kurus (1,37%), kurus (9,59%), gemuk (15,07%) dan obesitas (10,96%).
2. Sebagian besar prestasi belajar anak sudah baik 49 (67,12%), namun masih ada yang kurang sebanyak 5 (6,85%).
3. Anak dengan status gizi normal yang memiliki prestasi belajar dengan kategori baik sebanyak 31 (42,46%). Namun ada yang memiliki status gizi sangat kurus (1,37%), kurus (8,22%), gemuk (9,59%) dan obesitas (5,48%). Dari data ini kecenderungan sampel dengan status gizi baik memiliki prestasi belajar yang baik.

B. Saran

Diharapkan siswa di SDN 6 Sanur memperhatikan status gizinya khususnya status gizi kurus, gemuk dan obesitas. Sampel dengan status gizi obesitas dan gemuk agar melakukan penurunan berat badan dengan cara mengurangi porsi makan dan beraktivitas fisik. Sampel yang kurus sebaiknya mengatur pola makan yang teratur dengan memperhatikan pola menu seimbang anak sekolah. Waktu makan dapat diatur meliputi 3 kali makan utama dan 2 kali selingan serta mengonsumsi makanan yang beragam dan bergizi agar mencapai status gizi baik yang optimal.

Diharapkan siswa di SDN 6 sanur memperhatikan nilai raportnya, jika siswa yang masih memiliki nilai raport dengan kategori kurang maupun cukup sebaiknya siswa meningkatkan waktu

belajar dan cara belajar agar nilai raport dapat meningkat, sedangkan untuk siswa nilai raport sudah dalam kategori baik tetap mempertahankan prestasi belajarnya.

Sampel yang memiliki status gizi yang normal diharapkan dapat memiliki aktifitas belajar yang baik dengan daya tahan yang berfungsi sehingga dapat mencapai prestasi belajar yang optimal.