

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

- a. Gambaran kecukupan gizi pada anak laki-laki SDN 04 Bojongsari menunjukkan bahwa pada makronutrien terdapat 5 anak (12,2%) dengan kecukupan kurang, 24 anak (58,5%) dengan kecukupan lebih, dan 12 anak (29,3%) dengan kecukupan baik. Untuk mikronutrien, hanya 1 anak (2,4%) yang berada pada kategori kurang, sedangkan 40 anak (97,6%) termasuk dalam kategori cukup. Gambaran aktivitas fisik pada anak laki-laki SDN 04 Bojongsari menunjukkan bahwa 18 anak (43,9%) termasuk dalam kategori aktivitas fisik kurang, sementara 23 anak (56,1%) berada pada kategori aktivitas fisik baik. Gambaran riwayat diare pada anak laki-laki SDN 04 Bojongsari memperlihatkan bahwa 18 anak (43,9%) tidak memiliki riwayat diare, 19 anak (46,3%) pernah mengalami diare akut, dan 4 anak (9,8%) memiliki riwayat diare berkepanjangan atau berulang. Gambaran kecerdasan intelektual pada anak laki-laki SDN 04 Bojongsari memperlihatkan bahwa 24 anak (58,8%) memiliki kategori IQ rendah, dan 17 anak (41,5%) memiliki kategori IQ normal
- b. Pada penelitian ini ditemukan bahwa tidak didapatkan hubungan yang bermakna antara kecukupan makronutrien dengan tingkat kecerdasan intelektual ( $p\text{-value}= 0,953$ ). Pada penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara kecukupan mikronutrien dengan kecerdasan intelektual ( $p\text{-value}= 0,133$ ). Pada penelitian ini tidak ditemukan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang bermakna tingkat kecerdasan

intelektual ( $p$ -value= 0,628). Pada penelitian ini juga tidak ditemukannya hubungan yang bermakna antara riwayat diare dengan tingkat kecerdasan intelektual ( $p$ -value= 0,650).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Siswa**

Disarankan untuk mempertahankan pola makan dengan komposisi gizi seimbang serta mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan gula sederhana, dan tetap menjaga kebiasaan belajar yang teratur agar meningkatkan kemampuan konsentrasi dan kecerdasan sehingga prestasi akademik juga dapat meningkat.

### **5.2.2 Bagi Orang Tua**

Orang tua diharapkan dapat lebih memperhatikan kualitas asupan gizi anak, menerapkan pola asuh yang suportif, menyediakan lingkungan belajar yang kondusif di rumah, serta memberikan stimulasi kognitif yang memadai melalui pendampingan belajar dan komunikasi yang positif.

### **5.2.3 Bagi SDN 04 Bojongsari**

Pihak sekolah diharapkan menjalin kerja sama dengan tenaga kesehatan untuk melaksanakan kegiatan edukasi gizi dan kesehatan, mengembangkan program pembelajaran dan aktivitas fisik yang terstruktur untuk menunjang perkembangan kognitif dan kesehatan siswa. Selain itu edukasi dan pembiasaan perilaku hidup bersih yang sehat seperti mencuci tangan sebelum dan setelah makan juga sesudah beraktivitas, tidak jajan sembarangan, dan memiliki fasilitas jamban yang bersih untuk mencegah kejadian diare.

#### **5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kecerdasan intelektual, seperti faktor genetik, kesehatan anak secara umum, kualitas lingkungan belajar, pola asuh, status ekonomi, dan juga bentuk kecerdasan lain seperti kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ), penggunaan metode pengukuran yang lebih objektif, serta menggunakan desain penelitian dengan jumlah sampel lebih besar.