

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Hasil kesimpulan berdasarkan analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Jumlah responden yang terbiasa melakukan sarapan sebesar 81,3% dan yang kadang-kadang melakukan sarapan sebesar 18,8%.
- b. Rata-rata asupan energi sarapan responden kurang dari 25% AKG sebesar 84,4%.
- c. Pengetahuan tentang sarapan responden termasuk dalam kategori baik sebesar 73,1%.
- d. Pada analisis bivariat diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi tentang sarapan dengan kebiasaan sarapan ($p\ value=0,035$).

VI.2 Saran

Saran bagi para siswa, sarapan merupakan suatu hal penting yang harus dilakukan oleh anak sekolah karena sarapan memberikan peranan penting bagi tubuh diantaranya dapat mempengaruhi daya konsentrasi serta prestasi belajar di sekolah. Salah satu bentuk upaya yang harus dilakukan adalah selalu memberikan edukasi tambahan pada siswa mengenai pentingnya sarapan dan selalu memperingatkan para siswa untuk membiasakan diri untuk sarapan sebelum berangkat ke sekolah.