

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 50% siswi kelas X dan XI SMK Raflesia Depok memiliki prestasi belajar yang baik, dan sebanyak 50% siswi memiliki prestasi belajar yang kurang baik.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 37% siswi kelas X dan XI SMK Raflesia tidak memiliki kebiasaan sarapan setiap hari dan sebanyak 64% siswi memiliki kebiasaan sarapan setiap hari.
3. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 66% siswi memiliki kadar hemoglobin normal, 34% siswi memiliki kadar hemoglobin tidak normal.
4. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 96% siswi memiliki status gizi normal, 4% siswi memiliki status gizi kurang.
5. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak hanya 49% siswi tercukupi asupan energinya.
6. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak hanya 49% siswi tercukupi asupan proteinnya.
7. Hasil analisis bivariat menunjukkan kebiasaan sarapan ($P=0,029$), kadar hemoglobin ($P=0,000$), angka kecukupan energi ($P=0,006$), dan angka kecukupan protein ($P=0,002$) yang berarti terdapat berhubungan dengan prestasi belajar.
8. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa status gizi ($P=0,609$) tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan prestasi belajar.
9. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa dari semua variabel yang berhubungan dengan prestasi belajar, kadar hemoglobin merupakan faktor dominan yang paling berhubungan dengan prestasi belajar.

VI.2 Saran

1. Bagi Pihak Sekolah

- a. Pihak sekolah diharapkan dapat menerapkan program sarapan untuk meningkatkan kebiasaan sarapan siswa guna meningkatkan konsentrasi dan pencapaian prestasi belajar yang lebih baik
- b. Pihak sekolah diharapkan dapat melakukan pemeriksaan dan pemantauan kesehatan secara rutin terhadap siswa baik itu kadar hemoglobin, status gizi, kecukupan asupan zat gizi dalam rangka peningkatan kualitas kesehatan dan peningkatan prestasi belajar.

2. Bagi Siswa

- a. Siswa diharapkan mampu menjaga dan meningkatkan status kesehatan agar mencapai prestasi belajar lebih baik.
- b. Diharapkan siswa dapat menanamkan kebiasaan sarapan dan menerapkan pola makan yang bergizi dan seimbang.

3. Bagi Peneliti Lain

Peneliti lain diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan variabel yang lebih luas serta responden yang berbeda usia sehingga dapat menggali lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar.