**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari 24 murid kelas V Madrasah Ibtidaiyah Darul Qur’an terdapat 10 murid (42%) terbiasa untuk melakukan sarapan pagi, sedangkan murid yang tidak memilik kebiasaan sarapan pagi sebanyak 14 murid (58 %).
2. Sebagian besar murid kelas V Madrasah Ibtidaiyah Darul Qur’an memiliki status gizi normal terdapat 19 murid (79%), 3 murid (13%) memiliki status gizi kurus dan murid yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 2 murid (8%).
3. Murid kelas V Madrasah Ibtidaiyah Darul Qur’an terdapat 1 murid (4%) memiliki prestasi belajar baik, 9 murid (38%) memiliki prestasi belajar cukup dan murid yang memiliki prestasi belajar kurang sebanyak 14 murid (58%).
4. Terdapat 12 responden (50%) yang memiliki status gizi normal dengan prestasi belajar kurang, sedangkan status gizi kurus dengan prestasi belajar cukup sebanyak 1 responden (4%).
5. Responden yang tidak memiliki kebiasaan sarapan lebih banyak memiliki prestasi belajar kurang sebanyak 13 responden (54%).
6. Responden yang tidak memiliki kebiasaan sarapan dengan status gizi normal sebanyak 12 responden (50%) lebih besar dibandingkan responden yang memiliki kebiasaan sarapan dengan status gizi normal sebanyak 7 responden (29%).
7. **Saran**
8. Pihak institusi / sekolah dapat melakukan pemantauan berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui pertumbuhan murid dan hasil prestasi belajar melalui nilai raport.
9. Bagi orang tua hendaknya menyiapkan, memperhatikan serta menasehati anak agar terbiasa sarapan pagi sebelum berangkat sekolah agar tercipta kondisi badan yang sehat dan dapat menerima pelajaran dengan baik, serta bagi orang tua yang memiliki anak berstatus gizi kurang, hendaknya berusaha meningkatkan status gizi anaknya dengan melaksanakan pola makan sehat dan istirahat secara teratur.
10. Bagi guru dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan kajian untuk memberikan wawasan tentang ilmu gizi mengingat masih banyak murid yang tidak terbiasa melakukan sarapan pagi serta masih terdapat juga murid yang memiliki status gizi kurang.
11. Dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain serta menggunakan indikator kebiasaan sarapan lainnya seperti jenis makanan yang baik untuk sarapan.