

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Responden yang memiliki kebiasaan kadang-kadang sarapan sebanyak 58%, yang memiliki kebiasaan selalu sarapan sebanyak 42% dan yang tidak pernah sarapan sebanyak 0%.
- 2) Responden yang memiliki performa akademik rata-rata sebanyak 72%, yang memiliki performa akademik diatas rata-rata sebanyak 28% dan yang performa akademik dibawah rata-rata sebanyak 0%.
- 3) Hasil analisis menggunakan *Rank Spearman* menunjukkan nilai signifikansi (0,000) lebih kecil dari α (0,05), maka hipotesis diterima sehingga artinya terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan performa akademik pada anak kelas 4-5 sekolah dasar di SDN Sumber Sari 1 Malang.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

- a. Pihak sekolah perlu mengadakan program untuk meningkatkan kebiasaan sarapan para siswa dan mengarahkan mereka agar selalu sarapan sebelum berangkat ke sekolah agar tidak berdampak negatif pada performa akademik siswa.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi terhadap system pembelajaran di sekolah sehingga diharapkan untuk kedepannya proses pembelajaran lebih baik, dan para siswa menunjukkan performa akademik diatas rata-rata.
- c. Penelitian diharapkan bisa menjadi lapangan penelitian yang berfokus dalam hal kebiasaan sarapan siswa dan bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini, diharapkan dapat memperluas populasi dan menambahkan jumlah responden yang mungkin bisa diambil dari beberapa sekolah atau beberapa jenjang kelas. Responden dalam jumlah sedikit merupakan salah satu keterbatasan dalam penelitian ini, sehingga tidak dapat diketahui secara akurat apakah performa akademik dipengaruhi oleh kebiasaan sarapan saja atau tidak. Dan menambah instrument dengan pertanyaan terbuka sehingga dapat memperoleh data lebih mendalam. Untuk parameter kondisi fisik siswa bisa dilakukan pemeriksaan fisik.