

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait dengan gambaran pengetahuan, kebiasaan sarapan pagi dan status gizi anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023, maka dapat disimpulkan beberapa hal adalah sebagai berikut :

1. Pengetahuan tentang sarapan pagi pada anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah memiliki kategori tingkat pengetahuan cukup sebanyak 52,8%
2. Frekuensi kebiasaan sarapan pagi pada anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah dengan frekuensi frekuensi jarang sarapan pagi sebanyak 49,1%
3. Status gizi berdasarkan IMT/U pada anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah memiliki status gizi baik 52,8%.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian mengenai gambaran pengetahuan, kebiasaan sarapan pagi dan status gizi anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah, Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023, maka saran yang dapat peneliti sampaikan :

1. Perlu adanya kerjasama pihak sekolah dengan puskesmas setempat untuk melakukan edukasi tentang sarapan pagi dan melakukan pemantauan status gizi anak sekola secara berkala.
2. Diharapkan pihak sekolah menggunakan media tentang pentingnya sarapan pagi seperti slogan, poster yang ditempel pada papan mading sekolah dalam upaya mempromosikan pentingnya sarapan pagi sehingga dapat meningkatkan kebiasaan sarapan pagi pada anak sekolah.

3. Diharapkan pihak sekolah dapat melakukan upaya untuk meningkatkan wawasan pentingnya sarapan pagi dengan mengadakan penyuluhan kepada orang tua siswa pada saat kegiatan pertemuan rapat dan pembagian rapor di sekolah.
4. Pihak sekolah sesekali perlu mengadakan kegiatan sarapan pagi bersama untuk meningkatkan kesadaran dan kemauan anak sekolah dalam melakukan sarapan pagi bersama dengan teman sebayanya.