

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Kebiasaan sarapan pagi pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, memiliki kebiasaan sarapan dengan kategori sering (5-6 kali/minggu) sebanyak 69 anak (66,3%), kategori selalu (7 kali/minggu) sebanyak 21 anak (20,2%). Kategori kadang-kadang sebanyak 11 anak (10,6%) dan kategori jarang sebanyak 3 anak (2,9%).
2. Status gizi anak di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, dengan kategori tidak gizi lebih yaitu sebanyak 73 anak (70,3%) dan kategori gizi lebih sebanyak 31 anak (29,8%).
3. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah.

B. Saran

1. Bagi sekolah

Kepada pihak sekolah, diharapkan bisa menginformasikan kepada anak murid akan pentingnya melakukan sarapan pagi bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka terutama bagi status gizi dan prestasi belajar.

2. Bagi orang tua

Diharapkan kepada orang tua murid dapat di jadikan tambahan pengetahuan tentang pentingnya membiasakan sarapan pagi pada anak, agar anak terbiasa sarapan pagi setiap hari dan mampu meningkatkan konsentrasi pada anak.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi, seperti asupan makan sehari anak, riwayat penyakit dan aktivitas fisik.