

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Hubungan kadar glukosa darah dengan kebiasaan sarapan pagi pada anak di SDN I Kedungsana Plumbon Kabupaten Cirebon tergolong dalam korelasi tinggi 0,0 terletak diantara nilai 0,6-0,8.
2. Hubungan kadar glukosa darah dengan jenis kelamin di DN I Kedungsana Plumbon Kabupaten Cirebon tergolong dalam korelasi yang rendah dengan $r_{bit} = 0,37$.
3. Analisis hubungan glukosa darah dengan berat badan siswa dan glukosa darah dengan prestasi belajar siswa di SDN I Kedungsana Plumbon Kabupaten Cirebon tidak mempunyai korelasi dengan r_{hitung} 0,03 dan 0,06.

B. Saran-Saran

Menurut penulis, bahwa kebiasaan makan pagi memiliki manfaat/arti yang sangat penting dalam membentuk status gizi (kadar glukosa darah yang normal) dan meningkatkan konsentrasi belajar pada anak sekolah dasar. Konsentrasi belajar yang optimal berdaya guna bagi pencapaian prestasi yang baik. Membiasakan makan pagi merupakan upaya yang strategis dan efektif dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, khususnya pada anak usia sekolah yang berada pada jenjang pendidikan dasar.

Pola konsumsi, variasi hidangan, kualitas dan kuantitas makan pagi harus diperhatikan, karena hal ini sangat menentukan besarnya pengaruh kebiasaan makan pagi tersebut terhadap konsentrasi belajar secara maksimal. Keberagaman hidangan dan makan pagi yang cukup lengkap berpengaruh pada peningkatan kadar glukosa darah yang normal. Dengan kadar glukosa darah yang normal (80-100 mg/100ml) diharapkan memacu daya konsentrasi belajar lebih baik.