

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pola makan siswa termasuk kategori baik sebesar 56,70 persen.
2. Kesiapan Belajar siswa termasuk cenderung cukup sebesar 73,33 persen.
3. Prestasi Belajar siswa termasuk kategori sangat baik sebesar 57,70 persen.
4. Hasil analisis korelasi rank spearman terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan prestasi belajar siswa dengan nilai $P = 0,000$ pada taraf signifikan 0,05.
5. Hasil analisis korelasi rank spearman terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan prestasi belajar siswa dengan nilai $P = 0,000$ pada taraf signifikan 0,05.
6. Hasil analisis uji korelasi ganda terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pola makan dan kesiapan belajar dengan prestasi belajar dengan nilai signifikan $R = 0,911$, dengan koefisien korelasi ($F_{hitung} = 4,816 > F_{tabel} = 3,34$) pada taraf signifikan 5 persen.

B. Saran

Saran yang diajukan sesuai dengan hasil penelitian ini adalah:

1. Diharapkan orangtua lebih memperhatikan pola konsumsi makanan yang dikonsumsi anak setiap hari guna memenuhi kebutuhan gizi, perkembangan tubuh serta otak anak.
2. Diharapkan siswa meningkatkan kesiapannya dalam belajar baik di rumah maupun di sekolah yang didukung oleh orang tua karena sangat berpengaruh pada prestasi belajar siswa.
3. Kepada sekolah agar memberikan pendidikan mengenai pentingnya pola makan yang sehat agar siswa mengetahui zat gizi baik bagi tubuhnya.