

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Konsentrasi Belajar Anak Pra Sekolah” yang dilaksanakan pada 03 April – 30 April 2023 dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat disimpulkan mengenai hasil penelitian sebagai berikut :

1. Kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dari total 40 responden terbanyak dengan kategori “Sering” dalam satu minggu terakhir sebanyak 36 responden (90%), dengan kategori “Jarang” sebanyak 4 responden (10%).
2. Konsentrasi belajar pada 40 responden dengan kategori “Baik” sebanyak 7 responden (17,5%), dan kategori konsentrasi belajar “Kurang” sebanyak 33 responden (82,5%).
3. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji statistik *Spearman Rank Correlation* didapatkan hasil ada hubungan signifikan (berarti) yaitu sebesar 0,001. Hal ini menunjukkan $0,001 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima yakni terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah di TK IQRO Kota Malang.

5.2 Saran

Penelitian dengan judul “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Konsentrasi Belajar Anak Pra Sekolah” peneliti ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lain yang akan melanjutkan dengan topik penelitian serupa, penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya atau perbandingan dengan menggunakan subjek yang lebih luas jangkauannya atau menggunakan metode dan variabel yang berbeda.

5.2.2 Bagi Guru

Bagi Guru di Taman Kanak-Kanak, penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan yang dapat mulai dijadikan sebagai upaya preventif dari pihak sekolah dalam bentuk peningkatan metode dan gaya belajar yang asyik dan tidak membosankan sehingga dan belajar dengan baik secara optimal.

5.2.3 Bagi Orangtua

Bagi Orangtua di Taman Kanak-Kanak, penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan sebagai upaya preventif dalam bentuk mengontrol/membatasi anak dalam konsumsi makanan cepat saji, sehingga peran penting orangtua untuk memberikan makanan yang sehat dengan gizi seimbang agar anak dapat bertumbuh kembang dengan optimal.