

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada An. F dan An. A dengan masalah defisit pengetahuan tentang pentingnya sarapan sehat di SD Negeri 2 Pandowan, Galur, Kulon Progo, peneliti dapat mengambil kesimpulan:

1. Pada pengkajian kedua subjek ditemukan kesamaan, yaitu defisit pengetahuan tentang pentingnya sarapan sehat disertai kebiasaan sarapan tidak teratur 2–3 kali per minggu dan skor konsentrasi belajar 5/12 (kurang). Diagnosis keperawatan yang muncul pada kedua kasus adalah defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi. Intervensi yang ditetapkan pada kedua kasus adalah edukasi kesehatan dengan tujuan meningkatkan konsentrasi belajar, didukung oleh peningkatan pengetahuan sebagai dampak pendukung. Implementasi yang diberikan berupa edukasi menggunakan media video animasi tentang pentingnya sarapan sehat. Evaluasi pada kedua kasus menggunakan metode pendokumentasian SOAP.
2. Hasil pelaksanaan edukasi pentingnya sarapan sehat terbukti efektif meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah. Peningkatan konsentrasi belajar terlihat dari perubahan skor observasi konsentrasi belajar pada kedua subjek. Pada An. F, skor observasi konsentrasi belajar meningkat dari 5/12 (kurang) menjadi 8/12 (cukup), ditandai berkurangnya perilaku melamun dan meningkatnya partisipasi aktif dalam kegiatan

belajar mengajar. Pada An. A, skor observasi konsentrasi belajar juga meningkat dari 5/12 (kurang) menjadi 8/12 (cukup), ditandai menurunnya frekuensi mengantuk dan meningkatnya keterlibatan aktif selama pembelajaran.

3. Media video animasi terbukti efektif sebagai sarana edukasi keperawatan pada anak usia sekolah. Pemilihan media ini sesuai dengan tahap perkembangan kognitif operasional konkret (Piaget) yang membutuhkan stimulus visual untuk membangun pemahaman. Peningkatan pengetahuan An. F dari cukup (7/10) menjadi baik (10/10) dan An. A dari kurang (5/10) menjadi baik (8/10) menjadi data pendukung yang memperkuat efektivitas intervensi dalam mengubah perilaku sarapan. Keberhasilan intervensi juga ditopang oleh keterlibatan aktif guru kelas dan dukungan keluarga, khususnya ibu An. F yang mulai menyiapkan sarapan bergizi setiap pagi setelah mendapatkan informasi dari anaknya.

B. Saran

1. Bagi Anak Usia Sekolah di SD N 2 Pandowan

Diharapkan anak-anak usia sekolah dapat membiasakan diri untuk sarapan setiap hari sebelum berangkat ke sekolah, termasuk pada hari Senin saat ada upacara bendera, dengan memilih menu sarapan yang mengandung karbohidrat kompleks, protein, dan serat agar konsentrasi belajar tetap optimal sepanjang hari.

2. Bagi Orang Tua Wali Murid di SD N 2 Pandowan

Orang tua diharapkan dapat merencanakan dan menyediakan menu sarapan yang seimbang gizinya setiap pagi hari sebelum anak berangkat sekolah, meskipun dengan bahan yang sederhana dan terjangkau seperti nasi, telur, dan sayuran. Orang tua diharapkan tidak menggantungkan pemenuhan gizi pagi anak sepenuhnya pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG), mengingat distribusi MBG di sekolah dilakukan sekitar pukul 10.00 pagi dan tidak dapat menggantikan fungsi sarapan pagi yang dibutuhkan sejak anak berangkat ke sekolah. Menyediakan sarapan sebelum pukul 07.00 tetap menjadi kebutuhan utama agar otak anak mendapatkan energi yang cukup pada jam-jam pertama pembelajaran, sehingga dapat mendukung prestasi belajar dan tumbuh kembang anak. Orang tua juga diharapkan ikut mengingatkan dan memotivasi anak untuk selalu sarapan sebelum berangkat sekolah.

3. Bagi Guru Sekolah Dasar di SD N 2 Pandowan

Guru diharapkan dapat secara aktif memonitor kebiasaan sarapan siswa dan pengaruhnya terhadap konsentrasi belajar, misalnya dengan menanyakan menu sarapan siswa di awal pelajaran sebagai bentuk pembiasaan yang positif. Kerja sama antara guru dan orang tua dalam memantau perilaku sarapan anak sangat diperlukan untuk keberlanjutan program.

4. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi pembelajaran mengenai intervensi edukasi sarapan di sekolah sekaligus contoh penerapan intervensi edukasi berbasis bukti ilmiah pada anak usia sekolah. Mahasiswa juga diharapkan dapat mengembangkan kreativitas dalam penggunaan media edukasi yang menarik dan sesuai usia untuk meningkatkan efektivitas intervensi keperawatan promotif dan preventif di komunitas.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan penelitian mengenai edukasi sarapan dan hubungannya dengan konsentrasi belajar anak usia sekolah. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan: (1) mengkaji hubungan antara status sosial ekonomi orang tua dengan kebiasaan sarapan anak dan dampaknya terhadap konsentrasi belajar; (2) meneliti persepsi orang tua tentang Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan pengaruhnya terhadap kebiasaan penyediaan sarapan pagi di rumah; (3) membandingkan efektivitas berbagai media edukasi (video animasi, komik, permainan edukatif) dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan konsentrasi belajar anak; serta (4) melakukan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta penggunaan instrumen pengukuran konsentrasi yang lebih terstandarisasi seperti *Child Concentration Scale* agar hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasikan.