

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **5.1.Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dapat dikemukakan diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik dengan nilai korelasi hubungan yang sangat lemah dan searah antara status gizi dengan prestasi akademik. Hal ini dikarenakan bahwa status gizi bukan satu-satunya faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik siswa, maka diperlukan faktor yang lainnya seperti bakat, minat dan motivasi dalam belajar yakni merupakan keadaan yang mendorong siswa untuk melakukan belajar

Sedangkan hasil hipotesis data tentang kebugaran jasmani dan prestasi akademik tidak ada hubungan yang signifikan dengan tingkat hubungan yang sangat lemah dan tidak searah antara kebugaran jasmani dengan prestasi akademik siswa sekolah dasar. Tidak ada hubungan yang tidak langsung karena untuk proses prestasi akademik terdapat faktor-faktor yang perlu di perhatikan seperti perhatian orang tua, psikologis dan motivasi.

Disamping itu hubungan antara status gizi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik memiliki hubungan yang sangat rendah yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan. faktor langsung dan tidak langsung untuk mempengaruhi status gizi tidak di teliti seperti asupan berbagai makanan, penyakit, ekonomi keluarga, kebersihan lingkungan dan fasilitas pelayanan kesehatan. Untuk kebugaran jasmani kualitas kebugaran jasmani seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti istirahat yang cukup dan faktor lingkungan juga berpengaruh terhadap kebugaran jasmani.

#### **5.2.Implikasi**

Berdasarkan simpulan dalam penelitian ini, penulis dapat mengemukakan beberapa implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi yang rata-rata baik belum tentu bisa memiliki korelasi yang baik pula untuk prestasi akademik siswa.

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH  
DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebugaran yang rata-rata cukup atau sedang belum tentu bisa memiliki korelasi yang positif untuk prestasi akademik siswa.
3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi yang rata-rata baik dan kebugaran yang cukup belum tentu bisa memiliki korelasi yang baik untuk prestasi akademik siswa.

### **5.3.Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh terdapat rekomendasi yang perlu dikemukakan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah, diharapkan tetap untuk melakukan pengawasan status gizi dan kebugaran jasmani harus sedikit di perhatikan pada anak sehingga nantinya akan ada korelasi yang baik untuk prestasi akademik.
2. Bagi guru, selalu mempersiapkan atau tahapan pembelajaran olahraga yang menunjang variasi gerak yang disusun untuk test kesegaran jasmani indonesia
3. Bagi peneliti lain, penulis menyarankan untuk melakukan penelitian yang lebih untuk tes status gizi seperti di tambahkan dengan cara pengukuran yang tidak langsung seperti survey konsumsi pada anak dan tentang faktor penyebab yang mempengaruhi prestasi akademik seperti faktor pola asuh orang tua, pendapatan orang tua dan faktor lainnya, sehingga penelitian ini dapat dijadikan pembandingan untuk penelitian selanjutnya.