

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Simpulan**

Penelitian pengetahuan orang dewasa tentang pentingnya kebiasaan sarapan pagi di RT 008 RW 006 Gang Bungur, Cipagalo Girang, Kota Bandung, Jawa Barat dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Sebagian besar dari responden pengetahuan orang dewasa tentang pentingnya kebiasaan sarapan pagi di RT 008 RW 006 termasuk dalam kategori baik (75%).
- 2) Sebagian besar dari responden pengetahuan tentang definisi sarapan di RT 006 RW 006 Gang Bungur, Cipagalo Girang termasuk dalam kategori baik (85%).
- 3) Sebagian besar dari responden pengetahuan tentang dampak tidak sarapan di RT 006 RW 006 Gang Bungur, Cipagalo Girang termasuk dalam kategori cukup (63%).
- 4) Sebagian besar dari responden pengetahuan tentang aturan sarapan di RT 006 RW 006 Gang Bungur, Cipagalo Girang termasuk dalam kategori baik (84%).

- 5) Sebagian besar dari responden pengetahuan tentang manfaat sarapan di RT 006 RW 006 Gang Bungur, Cipagalo Girang termasuk dalam kategori baik (59%).

## **6.2 Saran**

### **6.2.1 Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah untuk referensi dalam bidang pendidikan, sebagai bahan bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian lebih lanjut lagi.

### **6.2.2 Peneliti Selanjutnya.**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya dalam pengembangan penelitian tentang pentingnya sarapan khususnya pada mahasiswa di Universitas Bhakti Kencana Bandung.