

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah

1. Bubur oat meningkatkan daya ingat jangka pendek.
2. Bubur beras putih meningkatkan daya ingat jangka pendek.
3. Bubur beras putih sama baiknya dengan bubur oat dalam meningkatkan daya ingat jangka pendek.

5.2 Saran

Terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti antara lain

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan porsi/kalori yang berbeda.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut menggunakan metode tes yang berbeda.