

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN



SKRIPSI

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan

Oleh
Maulidya Rahmah
NIM: 14.IK.397

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SARI MULIA
BANJARMASIN
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN

SKRIPSI

Disusun Oleh
Maulidya Rahmah
NIM : 14.IK.397

Telah Disetujui untuk Diajukan dalam Ujian Skripsi
Pada Tanggal 10 Agustus 2018

Pembimbing I

Pembimbing II

Umi Hanik Fetriyah, S.Kep, Ns., M.Kep
NIK. 19.44.2009.026

Yunina Elasari, S.Kep., Ns
NIK.19.44.2014.097

LEMBAR PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN

SKRIPSI

Oleh
Maulidya Rahmah
NIM : 14.IK.397

Telah Diujikan dan Dipertahankan Dihadapan Dosen Penguji Proposal Skripsi
Pada tanggal 10 Agustus 2018

Ketua Dewan Penguji

Umi Hanik Fetriyah, S.Kep, Ns.,M.Kep
NIK. 19.44.2009.026

Anggota Dewan Penguji

Yunina Elasari, S.Kep., Ns
NIK.19.44.2014.097

Penguji Utama

Sitti Khadijah, M.Pd
NIK. 19.44.2006.010

Mengetahui

Ketua STIKES
Sari Mulia Banjarmasin

Ketua Program Studi
S1 Ilmu Keperawatan STIKES Sari
Mulia

dr. H.R. Soedarto WW, Sp.OG
NIK. 19.44.2004.001

Dini Rahmayani, S.Kep.,Ns., MPH
NIK. 19.44.2004.008

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis merupakan karya hasil penelitian saya bersama arahan dosen pembimbing dan belum pernah dipublikasikan dalam bentuk apapun. Acuan pustaka yang tertuang dalam Skripsi ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan dan tertuang dalam Daftar Pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan keaslian tulisan ini dibuat dengan sebenarnya.

Banjarmasin, 2018
Yang membuat pernyataan,

Maulidya Rahmah
NIM 14.IK.397

ABSTRAK

MAULIDYA RAHMAH. Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin. Dibimbing oleh UMI HANIK FETRIYAH dan YUNINA ELASARI.

Latar Belakang: Konsentrasi sangat berpengaruh pada anak dalam proses belajar. Jika anak kurang konsentrasi maka akan mempengaruhi prestasi akademik sehingga anak tidak naik kelas. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi ialah nutrisi yang didapatkan dari sarapan.

Tujuan: Menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan design *Cross Sectional*. Populasi adalah 90 siswa kelas III, IV dan V. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional Stratified Random Sampling* berjumlah 74 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang teruji validitas dan reabilitas. Analisis data menggunakan uji statistik Kendall Tau.

Hasil: Siswa yang memiliki sarapan baik sebanyak 69 siswa (93,2%), sarapan cukup sebanyak 5 siswa (6,8%), sarapan kurang sebanyak 0 siswa (0%). Siswa yang memiliki konsentrasi baik sebanyak 23 siswa (31,1%), konsentrasi sedang sebanyak 45 orang (60,8%), konsentrasi buruk sebanyak 6 siswa (8,1%). Hasil uji analisis hubungan sarapan dengan konsentrasi didapatkan $p\ value=0,002$ ($< \alpha=0,05$), nilai kolerasi $r = 0,353$

Simpulan: Ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin dengan tingkat kolerasi cukup kuat kearah positif, semakin baik kebiasaan sarapan maka semakin baik pula konsentrasi belajar pada anak dan sebaliknya. Orang tua dan guru seharusnya bekerja sama untuk memperhatikan pentingnya sarapan bagi anak untuk menunjang konsentrasi pada saat belajar di sekolah.

Kata kunci: Anak, Konsentrasi, Sarapan, Sekolah Dasar, Usia sekolah

ABSTRACT

MAULIDYA RAHMAH. The Relationship of Breakfast with Concentration in School Age Children in SDN Pangeran 1 Banjarmasin. Supervised by UMI HANIK FETRIYAH AND YUNINA ELASARI

Background: The concentration of influence on the child in the learning process. If the child is less concentration, it will affect academic achievement so kids do not grade. One of the internal factors that affect nutrient is obtained from breakfast.

Aim: Analyzing relationships breakfast with a concentration in school age children in SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Method: This type of quantitative research with cross sectional design. The population was 90 students of class III, IV and V. The sampling technique using proportional stratified random sampling amounted to 74 people. Collecting data using a questionnaire that tested the validity and reliability. Data analysis using statistical test of Kendall Tau.

Results: Students who have a good breakfast as many as 69 students (93.2%), the breakfast is pretty much as 5 students (6.8%), the breakfast was lacking as much as 0 students (0%). Students who have a good concentration of as many as 23 students (31.1%), the concentrations were as many as 45 people (60.8%), poor concentration as 6 students (8.1%). Test results analysis breakfast relationship with the concentration obtained p value = 0.002 ($\alpha = 0.05$), the value of correlation $r = 0,353$

Conclusion: There is a breakfast relations with a concentration in school age children in SDN Pangeran 1 Banjarmasin strong enough level towards the positive correlation, the better the breakfast habits the better the concentration of learning in children and vice versa. Owith parents and teachers should work together to consider the importance of breakfast for children to support concentration at the time of learning in school.

Keywords: Child, Concentration, Breakfast, Elementary School, Age School

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat, karunia dan petunjuk-Nya yang tiada terkira sehingga penulis dapat merasakan indahnya beriman islam dan menyelesaikan penulisan penyusunan Skripsi.

Setelah mengalami berbagai rintangan, halangan dan cobaan, serta pasang surutnya semangat yang penulis hadapi, akhirnya telah sampai pada tahap akhir penyusunan Skripsi yang merupakan salah satu syarat kelulusan untuk mencapai S1 Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.

Pada penyusunan dan penyelesaian Skripsi ini, Penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak, maka dengan penuh kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu RR. Dwi Sogi Sri Redjeki, S.KG.,M.Pd selaku Ketua Yayasan Indah Banjarmasin.
2. Bapak dr. H. R. Soedarto WW, Sp.OG selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.
3. Ibu Dini Rahmayani, S.Kep., MPH selaku Ketua Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.
4. Ibu Umi Hanik Fetriyah, S.Kep, Ns., M.Kep selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan dan dukungan.
5. Ibu Yunina Elasari, S.Kep., Ns selaku pembimbing II yang senantiasa memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Kepala Sekolah SDN Pangeran 1 Banjarmasin yang telah membantu dalam pembuatan Skripsi ini.

7. Kedua orang tua dan segenap keluarga yang selalu memberikan doa dan pengertian selama penulis menjalani perkuliahan dan akhirnya bisa menyelesaikan Skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan dan rekan kerja yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah bersedia untuk berdiskusi dan saling memberikan motivasi satu sama lain.

Semoga kebaikan Bapak dan Ibu serta teman-teman diberikan mendapat ridho dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam perbuatan dan penulisan Skripsi ini memiliki banyak kekurangan sehingga dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan. Semoga penelitian ini yang di tuangkan dalam bentuk Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan dunia pendidikan.

Amin

Banjarmasin, Agustus 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan Teori.....	8
1. Anak Sekolah Dasar.....	8
a. Definisi.....	8
b. Gizi pada anak sekolah dasar.....	8
c. Masalah gizi pada anak sekolah dasar	9
2. Sarapan	9
a. Definisi	9

b. Faktor – faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan ...	10
c. Manfaat sarapan	11
d. Jenis makanan yang baik untuk sarapan.....	12
e. Dampak tidak sarapan.....	13
3. Konsentrasi	13
a. Definisi	13
b. Faktor – faktor yang mempengaruhi konsentrasi	14
c. Ciri – ciri konsentrasi	19
d. Dampak tidak konsentrasi	21
e. Pengukuran konsentrasi.....	21
4. Hubungan kebiasaan sarapan dengan konsentrasi	21
B. Kerangka Teori	22
C. Kerangka Konsep	23
D. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Lokasi, Waktu dan Sasaran Penelitian.....	25
1. Lokasi Penelitian	25
2. Waktu Penelitian	25
3. Sasaran Penelitian	25
B. Metode Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
1. Populasi	26
2. Sampel.....	26
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	28
E. Pengumpulan Data	30
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	32
G. Metode Analisa Data.....	34
1. Pengolahan Data	34

a. <i>Editing</i>	34
b. <i>Coding</i>	34
c. <i>Processing</i>	34
d. <i>Cleaning</i>	34
2. Analisis Univariat.....	34
3. Analisis Bivariat.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	37
B. Hasil Penelitian	38
1. Analisis Karakteristik Responden	38
2. Analisis Univariat	40
3. Analisis Bivariat	43
C. Pembahasan	44
1. Sarapan anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin	44
2. Tingkat konsentrasi anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin	47
3. Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin	49
D. Keterbatasan Penelitian	53
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	54
A. Simpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Keaslian Penelitian	5
2.1 Makanan Sarapan	12
3.1 Definisi Operasional.....	28
3.2 Kisi – kisi kuesioner	31
4.1 Distribusi Jumlah Siswa SDN Pangeran 1 Banjarmasin	38
4.2 Distribusi Data Guru PTK SDN Pangeran 1 Banjarmasin	38
4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018	39
4. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	39
4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	39
4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sarapan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	40
4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Setiap Hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	40
4.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Waktu Sarapan Setiap Hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	41
4.9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Menu Sarapan yang Biasa Dikonsumsi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018.....	41
4.10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Pengganti Sarapan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	42
4.11 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018	42
4.12 Tabulasi silang antara sarapan dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	43

4.13 Tabulasi Silang antara Jenis Kelamin dengan Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018	43
4.14 Tabulasi Silang antara Umur dengan Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Teori	23
2.2 Kerangka Konsep	24

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Formulir pengajuan judul
- Lampiran 3 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 5 Surat Permohonan Melakukan Uji Validitas
- Lampiran 6 Surat Perizinan Uji Validitas
- Lampiran 7 Surat Permohonan Melakukan Penelitian
- Lampiran 8 Surat Perizinan Melakukan Penelitian
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 10 Instrumen Penelitian
- Lampiran 11 Master Tabel
- Lampiran 12 Hasil Penelitian
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi Pembimbing I
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing II
- Lampiran 15 Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan investasi yang berharga bagi bangsa, karena kelak anak akan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas, sehat dan berguna bagi masyarakat jika orang tua dan guru benar – benar mendidik anak dengan benar saat berada di rumah dan sekolah. Kualitas bangsa di masa yang akan datang juga ditentukan oleh kualitas anak-anak sehingga mulai dari sejak dini harus ditingkatkan secara sistematis dan berkesinambungan (Judarwanto, 2008). Menurut hasil Kemenkes tahun 2016 anak – anak yang berusia 7-12 tahun atau anak usia pra sekolah sebanyak 27,6 juta jiwa atau 11% dari total jumlah penduduk di Indonesia, terdiri dari 14,2 juta laki-laki dan 13,4 juta perempuan. Peningkatan jumlah anak usia sekolah dasar dari tahun ke tahun akan selalu bertambah. Hal ini berarti akan banyak investasi bangsa Indonesia yang diharapkan akan menjadi sumber daya yang berkualitas.

Menurut data dari ASEAN pada tahun 2016, dalam bidang pendidikan, khususnya prestasi belajar, Indonesia berada di urutan ke-5 dari 10 negara ASEAN setelah Thailand yang berada di peringkat ke-4 dalam hal prestasi belajar. Hasil PISA (*Programme for International Students Assessment*) pada tahun 2012, Indonesia berada di urutan ke-3 sebagai negara yang mempunyai murid terbanyak dalam kategori siswa yang berprestasi rendah.

Konsentrasi merupakan proses pemusatan perhatian pada suatu objek dalam proses belajar mengajar. Salah satu faktor penyebab

rendahnya prestasi anak yaitu kurangnya konsentrasi dalam belajar. Kurangnya konsentrasi dapat disebabkan oleh faktor eksternal dan internal. Faktor internal sangat berpengaruh konsentrasi belajar, yaitu nutrisi (Natalia, 2017). Nutrisi merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi konsentrasi belajar. Nutrisi diperlukan oleh tubuh sebelum melakukan aktivitas yang dapat diperoleh melalui sarapan. Menurut Jetvig (2010), sarapan adalah makanan yang disantap pada pagi hari, dimulai pukul 06.00 sampai dengan pukul 10.00 pagi.

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 16,9 – 59% anak sekolah tidak terbiasa sarapan dan sebanyak 44,6% anak usia sekolah mengkonsumsi sarapan berkualitas rendah. Pada tahun 2011, pemerintah membuat program sarapan yang dilakukan di sekolah melalui Program Makanan Tambahan untuk Anak Sekolah (PMTAS). Program ini merupakan salah satu upaya pemerintah untuk menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas sejak dini, dengan tujuan agar meningkatkan kualitas pendidikan dan prestasi belajar siswa agar terpenuhinya gizi dan pembelajaran yang sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Iqbal (2015), menyatakan bahwa dari 40 anak yang selalu sarapan ada 36 anak yang mendapatkan prestasi baik dan pada 40 anak yang jarang melakukan sarapan terdapat 29 anak yang mendapat prestasi baik.

Gizi yang seimbang dapat meningkatkan ketahanan tubuh, kecerdasan dan menjadikan pertumbuhan yang normal sehingga dapat mencetak generasi yang berkualitas. (Depkes RI, 2008). Seseorang yang sehat tentunya memiliki daya pikir yang tinggi, khususnya bagi anak sekolah, akan membantu meningkatkan kemampuan konsentrasi dan intelektualnya (Nirmala, 2012). Anak yang sedang belajar memerlukan

konsentrasi yang besar, karena jika anak mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, anak tidak akan berhasil menyimpan atau bahkan menguasai bahan pelajaran yang diajarkan. Hal itu berdampak terhadap prestasi belajar siswa tersebut. Menurut penelitian yang dilakukan Widyanti (2013) di SD 1 Taro Bali menunjukkan hasil yang signifikan antara hubungan kebiasaan sarapan dan prestasi belajar. Mengonsumsi sarapan meningkatkan fungsi kognitif sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar. Hasil penelitian oleh Lentini (2014) di SMK Batik 2 Surakarta menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan konsentrasi berfikir. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani, et al (2014) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki konsentrasi tinggi lebih banyak pada siswa dengan asupan energi sangat baik (60,7%) dibandingkan dengan asupan energi kurang (44,3%) dan sangat kurang (51,9%).

SDN Pangeran 1 Banjarmasin merupakan SDN yang memiliki peringkat UN terendah nomor 3 dari 241 SDN yang ada di Banjarmasin. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Pangeran 1, pada tanggal 18 November 2017 didapatkan bahwa dari 9 siswa yang duduk di kelas III, IV, dan V terdapat sebanyak 3 siswa yang tidak sarapan dan 6 siswa yang sarapan. Hasil wawancara dengan kepala sekolah, didapatkan bahwa dalam sebulan terakhir ini terdapat 3 orang siswa yang mengalami pingsan karena tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah Apakah ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi sarapan pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin
- b. Mengidentifikasi konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin
- c. Menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam asuhan keperawatan anak dan pengetahuan tentang pentingnya sarapan dalam proses pembelajaran, khususnya pada konsentrasi untuk anak usia sekolah dasar dengan memperhatikan faktor individu pada anak, keluarga, masyarakat, sosial dan faktor program kebijakan pemerintah.

2. Praktisi

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat memberi informasi tentang hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah.

b. Bagi Keluarga

Memberikan informasi dan kesadaran pada masyarakat khususnya orang tua, mengenai pentingnya sarapan bagi anak usia sekolah dengan mencapai hasil prestasi yang dicapainya.

c. Peneliti

Peneliti dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman tentang hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama/Judul dan Tahun Penelitian	Metode	Hasil
1	Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar anak sekolah dasar (lqbal, 2015)	Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Analisis yang digunakan adalah uji <i>chi-square</i> .	Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar anak sekolah dasar dengan nilai $p=0,045$.

2	Hubungan perilaku sarapan dengan konsentrasi belajar mahasiswa tahun ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. (Winata, 2015)	Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kolerasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Analisis yang digunakan adalah uji statistic <i>Spearman Rank</i> .	Ada hubungan yang bermakna antara perilaku sarapan dengan konsentrasi belajar mahasiswa tahun ketiga PSIK UMY dengan nilai $p=0,014$.
3	<i>Breakfast habits and heath perception in South-eastern Spanish adolescents</i> (Ayala, et al. 2016)	Penelitian ini menggunakan rancangan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan <i>cluster sampling</i> di 2 sekolah dasar dan 7 sekolah menengah dan menggunakan uji <i>chi-square</i> .	Siswa yang sarapan sebelum pergi ke sekolah lebih baik pemikiran dan sesuai dibandingkan dengan siswa yang tidak sarapan setiap hari.
4	Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN	Penelitian ini menggunakan metode <i>Cross Sectional</i> dengan	Ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi

Pangeran	1	teknik	pada siswa SDN
Banjarmasin		<i>Disproportional</i>	Pangeran 1
(Rahmah, 2018)		<i>Stratified Random</i>	Banjarmasin
		<i>Sampling.</i> Analisis	dengan nilai
		uji yang digunakan	p=0,002.
		ialah uji <i>Kendall</i>	
		<i>Tau.</i>	

Perbedaan penelitian ini adalah rancangan *cross sectional* menggunakan metode deskriptif analitik sampel dalam penelitian saya adalah murid sekolah dasar kelas III, IV dan V di SDN Pangeran Banjarmasin menggunakan analisis univariat, bivariate dan menggunakan uji *Kendall Tau*.

1. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Iqbal (2015) adalah variabel dependen, yaitu prestasi belajar. Sedangkan pada penelitian ini, yaitu konsentrasi dan tempat penelitian yaitu SDN 1 Karangasem Surakarta, sedangkan tempat pada penelitian ini SDN Pangeran 1 Banjarmasin.
2. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Winata (2015) adalah sampel yang digunakan yaitu mahasiswa, sedangkan pada penelitian ini ialah siswa/siswi SD, tempat penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, sedangkan penelitian ini dilakukan di Banjarmasin
3. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Ayala, et al (2016) adalah sampel yang digunakan, yaitu siswa dari 2 SD dan 7 SMP yang ada di Spanyol, sedangkan pada penelitian ini menggunakan murid SD sebagai sampel. Variabel yang digunakan pada penelitian juga berbeda, karena Ayala, et al, menjadikan persepsi kesehatan sebagai *variabel dependent*, sedangkan pada penelitian ini menjadi konsentrasi sebagai variabel.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Anak Sekolah Dasar

a. Definisi

Menurut Undang – Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan.

Anak sekolah adalah mereka yang terdaftar dan aktif mengikuti pendidikan baik di suatu jenjang pendidikan formal (pendidikan dasar yaitu SD/MI dan SMP/MTs, pendidikan menengah SMA/SMK/MA dan pendidikan tinggi yaitu PT) maupun pendidikan non formal (Paket A setara SD, paket B setara SMP dan paket C setara SMA) yang berada dibawah pengawasan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud), Kementerian Agama (Kemenag), Instansi Negeri lain maupun Instansi Swasta (Profil Anak Indonesia, 2012).

Berdasarkan pengertian di atas Anak Sekolah Dasar adalah anak yang belum berusia 18 tahun dan sudah terdaftar aktif mengikuti pendidikan jenjang pendidikan formal maupun pendidikan non formal.

b. Gizi pada anak Sekolah Dasar

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006) masa kanak – kanak merupakan fase pertumbuhan untuk menunjang kondisi itu, perlu

diperhat ikan asupan makanan untuk menunjang kondisi tersebut dengan memperhatikan berbagai hal antara lain:

- 1) Cukup kalori
- 2) Cukup lauk nabati (tahu,tempe) maupun hewani (daging, ikan, telur)
- 3) Tersedianya sayuran hijau
- 4) Sayuran dimasak dengan minyak agar mempermudah penyerapan vitamin A,D,E, dan K.

c. Masalah Gizi pada anak Sekolah Dasar

Masalah gizi pada anak secara garis besar merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dengan keluaran zat gizi (*nutritional imbalance*, yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, disamping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap. Buah dari ketergantungan ini utamanya berupa penyakit kronis, berat badan lebih dan kurang, pica, karies dentis serta alergi.(Arisman, 2010).

2. Sarapan

a. Definisi

Khomsan (2010) berpendapat bahwa sarapan pagi adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik pada hari itu. Sarapan sehat seyogyanya mengandung unsur empat sehat lima sempurna sehingga setiap orang harus mempersiapkan diri untuk menghadapi segala aktivitas dengan amunisi yang lengkap.

Menurut Jetvig (2010), sarapan atau makan pagi adalah makanan yang disantap pada pagi hari, waktu sarapan dimulai dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi. Sarapan

dianjurkan menyantap makanan yang ringan bagi kerja pencernaan, sehingga dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang memiliki kadar serat tinggi dengan protein yang cukup namun dengan kadar lemak rendah, selain itu, mengkonsumsi protein dan kadar serat yang tinggi juga dapat membuat seseorang tetap merasa kenyang hingga waktu makan siang.

Ahmad dkk (2011) menyatakan bahwa anak – anak yang melewatkan waktu sarapan akan mengalami gangguan fisik terutama kekurangan energi untuk beraktivitas. Dampak lain juga akan dirasakan pada proses belajar mengajar yaitu anak menjadi kurang konsentrasi, mudah lelah, mudah mengantuk dan gangguan fisik lainnya. Anak – anak yang sarapan memiliki performa yang lebih baik dalam perkembangan kognitif di sekolah dibandingkan mereka yang tidak sarapan.

b. Faktor – faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan

1. Pekerjaan ibu

Bekerja adalah kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh atau menambah penghasilan. Menurut Khomsan (2010), peranan ibu dalam pembentukan kebiasaan sarapan pada anak sangat menentukan karena ibu terlibat langsung dalam penyediaan makanan rumah tangga. Faktor kesibukan ibu, khususnya yang bekerja seringkali mengakibatkan ibu tidak sempat untuk membuat sarapan.

2. Jenis kelamin

Hasil penelitian yang dilakukan yang dikutip oleh Kusumaningsing (2007), menunjukkan bahwa remaja laki-laki cenderung menyukai makanan yang ringan atau tidak

mengenyangkan. Selain itu diketahui pula bahwa sumbangan makanan selingan terhadap total konsumsi ternyata cukup besar terutama terhadap anak perempuan.

c. Manfaat sarapan

Khomsan (2010), mengeksplorasi bahwa sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi anak sekolah, sarapan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran sehingga prestasi belajar lebih baik.

Martianto (2008), mengatakan bahwa sarapan bermanfaat besar sebagai penyedia bahan bakar dan gizi untuk berpikir dan beraktivitas. Sarapan juga dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar dan kemampuan fisik.

Rifameutika (2008) mengatakan bahwa dampak positif sarapan terhadap perilaku belajar anak. Diantaranya anak menjadi lebih bersemangat dalam belajar, konsentrasi dan daya ingat meningkat, keadaan emosi anak cenderung lebih baik, dan anak menjadi lebih percaya diri.

Sarapan pagi akan memberikan kontribusi penting akan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologi dalam tubuh (Khomsan, 2010).

Jadi manfaat sarapan diantaranya: untuk meningkatkan konsentrasi dan kemampuan fisik, membuat anak lebih percaya diri, kemudian sebagai proses fisiologi dalam tubuh yang berguna untuk menjaga kesehatan.

d. Jenis makanan yang baik untuk sarapan

Jenis makanan untuk sarapan dapat dipilih dan disusun sesuai dengan keadaan dan akan lebih baik bila terdiri dari makanan – makanan pokok, lauk pauk, buah-buahan dan minuman dalam jumlah yang seimbang (Depkes,2014).

Pengelompokkan jenis hidangan yang dikonsumsi oleh anak sekolah untuk sarapan adalah:

- 1) makanan pokok
- 2) makanan pokok dan hewani
- 3) makanan pokok dan nabati
- 4) makanan pokok, hewani dan nabati
- 5) makanan pokok, hewani, nabati dan sayuran
- 6) makanan pokok, nabati dan sayuran
- 7) makanan pokok, hewani, nabati, sayuran dan makanan jajanan
- 8) makanan jajanan

Hasil penelitian yang dikutip oleh Kusumaningsih (2007) menunjukkan bahwa jenis hidangan yang biasa dikonsumsi untuk sarapan oleh anak sekolah umumnya terbatas pada makanan pokok saja dan jenis hidangan lainnya adalah makanan sarapan.

Tabel 2.1 Makanan Sarapan

Makanan Sarapan	Energi (kal)	Protein (g)
Beras	335	6,2
Mie	339	10,0
Ayam Goreng	300	34,2
Abon	212	18,0
Telur dadar	251	16,3
Burger	276	12,8
Kornet	241	16,0
Sosis	452	14,5
Tahu	68	7,8
Tempe	149	18,3

Sumber : Khomsan (2010)

e. Dampak tidak sarapan

Ahmad, dkk (2011), berpendapat bahwa bila tidak sarapan pagi dapat menyebabkan konsentrasi belajar berkurang, kecepatan bereaksi menurun tajam sehingga kemampuan memecahkan suatu masalah juga menjadi sangat menurun yang akan menyebabkan prestasi belajar juga ikut menurun. Hal ini akan menghambat proses belajar di sekolah. Bila anak usia sekolah tidak terbiasa sarapan pagi secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan berat badan dan daya tahan tubuh, kurang gizi dan anemia zat besi.

Bila seseorang yang tidak sarapan pagi berarti perutnya dalam keadaan kosong sejak makan malam sebelumnya sampai makan siang nanti, dalam keadaan seperti ini, tubuh tidak berada dalam kondisi yang baik untuk melakukan pekerjaan dengan baik. Bila anak sekolah yang tidak sarapan pagi maka kadar gulanya akan menurun. Jika kondisi ini terjadi, maka tubuh akan berusaha menaikkan kadar gula darah dengan mengambil cadangan glikogen. Jika cadangan glikogen habis, maka cadangan lemaklah yang diambil (Moehji, 2009).

3. Konsentrasi

a. Definisi

Konsentrasi adalah sumber kekuatan pikiran dan bekerja berdasarkan daya ingat dan lupa dimana pikiran tidak dapat bekerja untuk lupa dan ingat dalam waktu bersamaan. Apabila konsentrasi seseorang mulai lemah maka akan cenderung mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi masih

cukup kuat maka akan dapat mengingat dalam waktu yang lama. (Hendrata, 2007) .

Djamarah (2008) berpendapat bahwa konsentrasi adalah pemusatan fungsi jiwa terhadap suatu objek seperti konsentrasi pikiran, perhatian dan sebagainya. Belajar membutuhkan konsentrasi dalam bentuk perhatian yang terpusat pada suatu pelajaran, maka dari itu konsentrasi merupakan salah satu aspek yang mendukung siswa untuk mencapai prestasi yang baik dan apabila konsentrasi ini berkurang maka dalam mengikuti pelajaran di kelas maupun belajar secara pribadi akan terganggu.

Berdasarkan beberapa pengertian konsentrasi dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah pemusatan terhadap suatu objek. Apabila konsentrasi seseorang mulai lemah maka akan lebih mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi cukup kuat maka akan dapat mengingat dalam waktu yang lama. Hal ini juga yang mempengaruhi siswa dalam mencapai prestasi yang baik karena berpengaruh dengan konsentrasi siswa tersebut.

b. Faktor – faktor yang mempengaruhi konsentrasi

Menurut Slameto (2010) seseorang yang sering mengalami kesulitan berkonsentrasi yang disebabkan karena: kurang berminat terhadap mata pelajaran yang dipelajari, terganggu oleh keadaan lingkungan (bising, keadaan yang semrawut dan lain-lain), pikiran kacau/masalah-masalah kesehatan yang terganggu (badan lemah), bosan terhadap pelajaran/sekolah dan lain – lain.

Nugroho (2007), Tonienase (2007), dan Syah (2010) juga mengungkapkan beberapa faktor yang menyebabkan gangguan konsentrasi dalam belajar yaitu :

1. Faktor Internal

a. Fisiologis

Kondisi umum jasmani dan tonus (tegangan otot) yang menandai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran, untuk mempertahankan tonus jasmaninya agar tetap bugar, siswa dianjurkan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi. Tidak hanya itu, ia juga dianjurkan untuk berolahraga secara teratur dan cukup istirahat.

Kondisi umum siswa, ada pula kondisi organ-organ khusus siswa yang dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyerap informasi dan pengetahuan, khususnya yang disajikan di kelas. Seperti tingkat kesehatan indera pendengaran dan indera penglihatan.

Bila siswa terlihat tidak serius pada materi pelajaran yang sedang dialaminya, sebaiknya tidak tergesa-gesa untuk menghakimi bahwa ia malas belajar karena bisa jadi kondisi kesehatannya yang sedang bermasalah.

b. Psikologis

Faktor psikologi juga dapat mempengaruhi bagaimana sikap dan perilaku siswa dalam konsentrasi, misalnya karena adanya masalah dalam lingkungan sekitar dan keluarga. Hal ini tentunya akan

mempengaruhi keadaan psikologis siswa, karena siswa akan kehilangan semangat dan motivasi belajar mereka, tentunya akan berpengaruh juga terhadap tingkat konsentrasi siswa yang akan semakin menurun.

Faktor-faktor rohaniyah siswa yang pada umumnya dipandang lebih esensial, yaitu: Tingkat kecerdasan siswa, sikap siswa, bakat siswa, motivasi siswa, minat siswa.

1.) Tidak memiliki motivasi diri

Motivasi kuat yang timbul dalam diri seorang siswa dapat mendorongnya belajar sangat diperlukan. Ada siswa yang membutuhkan rangsangan seperti hadiah yang baik dari orang tua ketika mereka berprestasi. Orangtua juga harus hati-hati dalam memberikan rangsangan berupa hadiah agar anak tetap mau belajar meskipun tidak diberikan hadiah.

2.) Siswa merasa jenuh

Beban pelajaran yang ditanggung oleh siswa sangat banyak, apalagi mereka harus mengikuti kegiatan belajar dilembaga pendidikan formal (kursus), oleh karena itu sebaiknya siswa diberikan waktu istirahat sejenak untuk membuat diri mereka menjadi relaks.

2. Faktor Eksternal

a. Lingkungan

Suasana yang ramai dan bising tentu saja dapat mengganggu siswa yang ingin belajar dengan mendengarkan musik.

Lingkungan dapat mempengaruhi kemampuan dalam berkonsentrasi, siswa akan dapat memaksimalkan kemampuan konsentrasi. Jika siswa dapat mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh terhadap konsentrasi, siswa mampu menggunakan kemampuan siswa pada saat dan suasana yang tepat. Faktor lingkungan yang mempengaruhi konsentrasi belajar adalah suara, pencahayaan, temperature, dan desain belajar.

1.) Suara

Setiap orang memiliki reaksi yang berbeda terhadap suara, ada yang menyukai belajar sambil mendengarkan musik, belajar ditempat ramai, dan bersama teman. Tetapi ada yang hanya dapat belajar ditempat yang tenang tanpa suara, atau ada juga yang dapat belajar ditempat dalam keadaan apapun.

2.) Pencahayaan

Pencahayaan merupakan salah satu faktor yang pengaruhnya kurang begitu dirasakan dibandingkan pengaruh suara, tetapi terdapat juga seseorang yang senang belajar di tempat terang,

atau senang belajar ditempat yang gelap, tetapi kenyamanan visual dapat juga digolongkan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kenyamanan di dalam ruangan maupun bangunan.

3.) Temperatur

Temperatur sama seperti faktor pencahayaan, merupakan faktor yang pengaruhnya kurang begitu dirasakan dibandingkan pengaruh suara, tetapi terdapat juga seseorang yang senang belajar ditempat dingin, atau senang belajar ditempat yang hangat, dan juga senang belajar ditempat dingin maupun hangat

b. Pergaulan

Pergaulan juga dapat mempengaruhi siswa dalam menerima pelajaran, perilaku dan pergaulan mereka, dapat mempengaruhi konsentrasi belajar yang dipengaruhi juga oleh beberapa faktor, seperti faktor teknologi yang berkembang saat ini contohnya televisi, internet, dll hal ini sangat berpengaruh pada sikap dan perilaku siswa.

3. Faktor pendekatan belajar, yakni jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan untuk melakukan kegiatan pembelajaran dan materi-materi pelajaran.

a. Desain Belajar

Desain belajar merupakan salah satu faktor yang memiliki pengaruh juga, yaitu sebagai media atau sarana dalam belajar, misalnya terdapat seseorang yang senang belajar ditempat santai sambil duduk di kursi, sofa, tempat tidur, maupun di karpet. Cara mendesain media dan sarana belajar merupakan salah satu cara yang dapat membuat kita lebih dapat berkonsentrasi.

b. Modalitas Belajar

Modalitas belajar yang menentukan siswa dapat memproses setiap informasi yang diterima. Konsentrasi dalam belajar dan kreativitas guru dalam mengembangkan strategi dan metode pembelajaran di kelas akan meningkatkan konsentrasi belajar siswa sehingga hasil belajarnya pun akan meningkat pula, kemudian dapat juga dengan mengatur posisi tubuh pada saat belajar, dan mempelajari materi (informasi) sesuai dengan karakteristik siswa itu sendiri.

c. Ciri - ciri konsentrasi

Menurut Engkoswara (2012), klasifikasi perilaku belajar yang dapat digunakan untuk mengetahui apakah siswa tersebut berkonsentrasi adalah sebagai berikut:

1. Perilaku kognitif

Perilaku yang menyangkut masalah pengetahuan, informasi dan masalah kecakapan intelektual. Perilaku kognitif

ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat melalui:

- a. Kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan
- b. Komprehensif dalam penafsiran informasi
- c. Mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh
- d. Mampu mengadakan analisis dan sintesis pengetahuan yang diperoleh

2. Perilaku afektif

Perilaku yang berupa sikap dan apersepsi. Perilaku afektif ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari:

- a. Adanya penerimaan, yaitu tingkat perhatian tertentu
- b. Respon, yaitu keinginan untuk mereaksi bahan yang diajarkan
- c. Mengemukakan suatu pandangan atau keputusan sebagai integrasi dari suatu keyakinan, ide dan sikap seseorang

3. Perilaku psikomotor

Siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari adanya:

- a. Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru
- b. Komunikasi non verbal seperti ekspresi muka dan gerakan – gerakan yang penuh arti
- c. Perilaku berbahasa. Pada perilaku ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat ditengarai adanya aktivitas berbahasa yang terkoordinasi dengan baik dan benar

d. Dampak tidak konsentrasi

Menurut Fadhli (2010), mengungkapkan prestasi akademik dapat menurun akibat kurang konsentrasi belajar, didukung oleh pendapat Surya (2010), bahwa berdasarkan penelaahan para ahli pendidikan rendahnya kualitas prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan anak didik untuk dapat melakukan konsentrasi belajar.

e. Pengukuran Konsentrasi

Cara pengukuran konsentrasi ada beberapa macam, yaitu diantaranya:

a. Digit Substitution Symbols Test

Sebuah tes neuropsikologial yang sensitive terhadap kerusakan otak, demensia dan depresi. Terdiri dari (misalnya Sembilan) digit-simbol pasangan 7/Λ, 8 / X. Test ini juga dapat digunakan untuk mengukur tingkat konsentrasi, khususnya untuk orang dewasa.

b. Grid Concentration Test

Tes yang dilakukan untuk mengukur konsentrasi dengan cara mencoret angka dari 00 – 99 selama satu menit pada kolom angka 10 x 10. Tes ini dapat digunakan untuk anak sekolah dasar, dengan interpretasi baik, cukup, kurang.

4. Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Konsentrasi

Menurut Judith (2014), kebiasaan makan mengacu pada bagaimana seseorang makan, makanan apa yang dimakan, dan dengan siapa mereka makan, serta cara orang memperoleh, menyimpan, menggunakan, dan membuang makanan.

Sarapan pagi akan menyumbangkan gizi sekitar 25%, ini jumlah yang cukup signifikan. Apabila kecukupan energi adalah sekitar 2000 kalori dan protein 50 gram

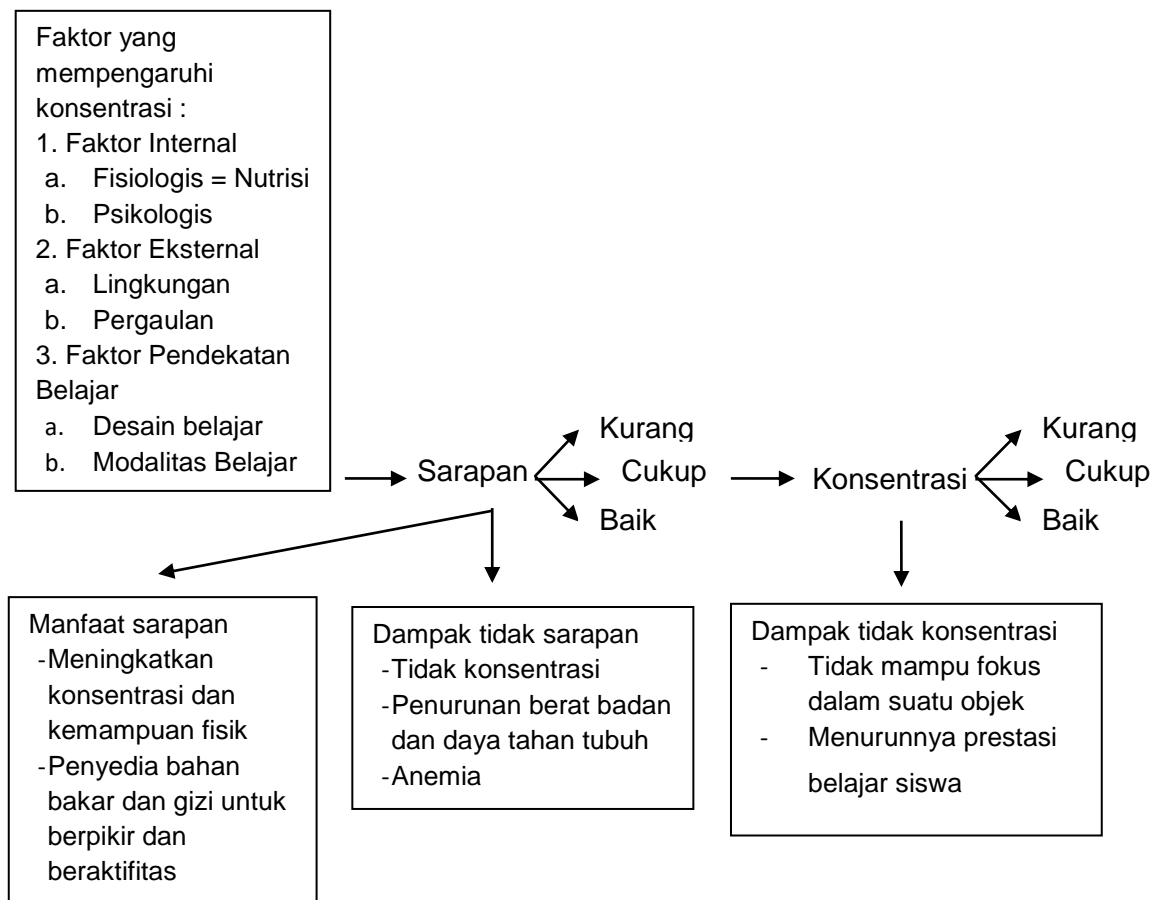
Sarapan pagi adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 dan memenuhi 15-30% untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian, sebagai bagian gizi seimbang dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, cerdas (Hardinsyah & Aries, 2012).

Menurut Emon (2009), konsentrasi belajar adalah pemusatan pikiran, perhatian serta kesadaran terhadap suatu pelajaran yang mengesampingkan hal-hal yang tidak ada hubungannya dalam proses belajar.

Sarapan yang dikonsumsi akan menjalani proses metabolisme dalam tubuh yang menghasilkan energi. Metabolisme setiap makanan berbeda-beda, tergantung makanan yang dikonsumsi. Karbohidrat membutuhkan waktu sekitar kurang lebih 15 menit oleh tubuh untuk mencerna glukosa yang ada di karbohidrat. Namun, untuk makanan yang memiliki kandungan glukosa yang rendah akan memakan waktu sekitar 15-30 menit untuk dicerna oleh tubuh.

B. Kerangka Teori

Kerangka penelitian ini dibuat berdasarkan tujuan dari penelitian. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan sarapan dengan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah dasar di SDN Pangeran 1 Banjarmasin.



Sumber : Modifikasi teori Nugroho (2007), Tonienase (2007), dan Syah (2010)

Gambar 2.1 Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau diantara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ini diteliti (Notoatmodjo,2010). Variabel penelitian ini, sarapan merupakan variable independen dan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah merupakan variabel dependen.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis berarti pernyataan sementara yang perlu diuji kebenarannya (Susanto dan Luknis, 2010). Adapun hipotesis dari penelitian ini sebagai berikut:

H_0 : Tidak ada hubungan sarapan dengan konsentrasi anak Sekolah Dasar

H_a : Ada hubungan sarapan dengan konsentrasi anak Sekolah Dasar

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Sasaran Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat penelitian dilakukan. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan pada 25 – 26 April 2018.

3. Sasaran Penelitian

Sasaran penelitian ini adalah murid kelas III, IV, dan V SDN Pangeran 1 Banjarmasin.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiono, 2011). Penelitian ini menggunakan metode pendekatan analitik dengan menggunakan *cross sectional* yaitu mengambil data hanya dengan satu kali dimana pengumpulan variabel *dependent* dan *Independent* dilakukan pada waktu yang bersamaan, tetapi tidak semua objek penelitian harus selesai dilakukan observasi pada hari atau pada waktu yang sama, akan tetapi baik variabel *dependent* dan *independent* dinilai hanya satu kali saja. Design ini akan di peroleh prevalensi atau efek suatu fenomena (*variable dependent*) dan dihubungkan dengan penyebab (*variabel independ*

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terjadi atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. (Sugiyono, 2011). Keseluruhan objek penelitian ini adalah murid kelas III, IV dan V di SDN Pangeran 1 Banjarmasin yang berjumlah 90 orang, dengan jumlah perempuan sebanyak 48 orang dan laki-laki sebanyak 42 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011). Sampel pada penelitian ini adalah murid kelas III, IV, dan V. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin dalam menentukan jumlah sampel, sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (\alpha)^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel minimal

N = Populasi (Jumlah murid kelas III, IV, V)

α = Batas toleransi kesalahan mengambil sampel (*error tolerance*)

Dengan cara : $n = \frac{N}{1 + Ne^2}$

$$= \frac{90}{1 + 90(0.05^2)}$$

$$= \frac{90}{1 + 90 (0,0025)}$$

$$= \frac{90}{1 + 0.225}$$

$$= \frac{90}{1,225}$$

$$= 73,47$$

$$= 74$$

Penelitian ini didapatkan hasil 74 sampel yang akan diteliti.

Menggunakan metode *proportional stratified random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel pada populasi yang heterogen dan berstrata dengan mengambil sampel dari tiap-tiap sub populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota dari masing-masing sub populasi secara acak. (Prasetyo dan Arikunto, 2010)

Rumus *proportional stratified random sampling* ialah,

$$N = \frac{\text{Jumlah tiap tingkatan}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Jumlah seluruh sampel}$$

Jadi, didapatkan dengan cara :

Kelas III :

$$\begin{aligned} N &= \frac{31}{90} \times 74 \\ &= 25,4 \\ &= 25 \text{ siswa} \end{aligned}$$

Kelas IV :

$$\begin{aligned} N &= \frac{22}{90} \times 74 \\ &= 18 \text{ siswa} \end{aligned}$$

Kelas V :

$$\begin{aligned} N &= \frac{37}{90} \times 74 \\ &= 31 \text{ siswa} \end{aligned}$$

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Independen (bebas)

Variabel independen yang disebut bebas atau dikatakan juga mempengaruhi (Notoadmodjo, 2010). Variabel independen dalam penelitian ini adalah sarapan.

b. Variabel Dependen (terikat)

Variabel dependen adalah variabel yang mempengaruhi oleh variabel independen. Variabel dependen yaitu variabel tergantung, akibat atau terpengaruhi (Notoadmodjo, 2010). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah konsentrasi belajar anak usia sekolah.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati ketika melakukan pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena dengan menggunakan parameter yang jelas (Hidayat, 2007).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala
Variabel Independent				
Sarapan	Kebiasaan siswa mengkonsumsi makanan pada pagi hari	Kuesioner	Jika jumlah dari hasil ukur dengan menggunakan kuesioner	Ordinal

sekitar pukul	didapatkan total
06.00 – 10.00.	nilai :
sebelum	1-5, kategori
melakukan	sarapan kurang
aktifitas	6-10, kategori
(Jetvig, 2010)	sarapan cukup
	11-15, kategori
	sarapan baik

Variabel

Dependen

Konsentrasi	Kekuatan pikiran, daya ingat dan pemusatan siswa pada suatu objek.	<i>Grid Concentration Test</i> (D.V Harris dan B.L Harris, 1998)	<ul style="list-style-type: none"> • Baik apabila siswa berhasil menemukan angka berurutan dari 0-100, sebanyak > 21 • Sedang apabila siswa menemukan angka berurutan dari 0-100, sebanyak 11-20 • Buruk apabila siswa menemukan angka berurutan dari 1-100, sebanyak 00-10. 	Ordinal
-------------	--	--	--	---------

E. Pengumpulan data

1. Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder adalah sebagai berikut

a. Data primer

Data primer adalah data yang hanya dapat kita peroleh dari sumber asli atau pertama. Maka data primer harus secara langsung kita ambil dari sumber aslinya, melalui narasumber yang dapat dan yang kita jadikan responden dalam penelitian kita. Teknik yang dilakukan untuk mengumpulkan data primer dalam penelitian yaitu dengan menggunakan kuesioner dan wawancara.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang sudah tersedia sehingga kita tinggal mencari dan mengumpulkan. Data sekunder merupakan data penelitian yang diperoleh penelitian secara tidak langsung melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain). Data yang dikumpulkan adalah jumlah murid yang sering sakit.

2. Cara Pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Tujuan penelitian yang diungkapkan dalam bentuk hipotesis merupakan jawaban sementara tentang pertanyaan penelitian. Metode pengumpulan data bisa dilakukan dengan cara mengisi lembar kuesioner yang disediakan.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi yang bermanfaat untuk menjawab permasalahan penelitian. Instrumen sebagai alat pada waktu penelitian yang menggunakan suatu metode (Notoadmodjo, 2010).

a. Sarapan

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tentang kebiasaan sarapan (Dewi, 2015), yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Hasil ukur pada kuesioner ini adalah baik, cukup, kurang.

Klasifikasi kategori untuk sarapan dengan hasil penilaian dari kuesioner, yaitu:

Baik, jika total dari kuesioner didapatkan nilai dalam rentang 11-15

Cukup, jika total dari kuesioner didapatkan nilai dalam rentang 6-10

Kurang, jika total dari kuesioner didapatkan nilai dalam rentang 1-5

Kisi – kisi Kuesioner

Tabel 3.2 Kisi – kisi Kuesioner

Indikator	Item	Jumlah
Waktu sarapan	1 & 2	2
Menu sarapan	3 & 4	2
Kebiasaan pengganti sarapan	5	1
Jumlah		5

b. Konsentrasi

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tentang konsentrasi, *blanko grid concentration test*, yang diadopsi dari D.V Harris dan B.L Harris (1998). Hasil ukur pada test ini adalah baik, sedang, buruk.

Klasifikasi nilai untuk frekuensi dengan variasi:

Baik = > 21 angka

Sedang = 11 - 20

Buruk = < 10 angka

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indek yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Validitas berasal dari kata validiti berarti ketetapan dan kecermatan, secara sederhana yang dimaksud valid adalah sah. (Machfoedzz, 2010).

Menurut Hidayat (2007) alat ukur instrumen penelitian yang dapat diterima sesuai standar adalah alat ukur yang telah melalui uji validasi dan reliabilitas data. Teknik kolerasi yang dapat dipakai adalah teknik r_{tabel} dengan uji validasi dalam penelitian ini dilaksanakan di SDN Melayu 5 Banjarmasin karena SDN Melayu 5 memiliki nilai hasil UN yang tidak jauh berbeda dengan SDN Pangeran 1. Di SDN Melayu 5, dilakukan uji validitas untuk kuesioner sarapan. Uji tersebut menggunakan rumus r_{tabel} , yaitu sebagai berikut:

$$r_{tabel} = \frac{t_{tabel}}{\sqrt{df + t_{tabel}^2}}$$

Keterangan :

Df = degree of freedom ($v = n-2$)

N = banyaknya sampel

t_{tabel} = nilai quantil

Butir soal pada kuesioner dinyatakan valid $r_{hitung} > r_{tabel}$

Kuesioner konsentrasi yang akan digunakan dalam penelitian ini sudah dilakukan uji validitas oleh Puspaningrum (2013) di Bandung. Hasil uji validitas kuesioner sarapan telah dilakukan di SDN Melayu 5 Banjarmasin selama 1 hari pada tanggal 21 April 2018 dengan 30 responden kelas III, IV, dan V. Uji validitas dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden yang terdiri dari 5 pertanyaan untuk mengukur kebiasaan sarapan.

Kemudian dilakukan analisis uji validitas dengan menggunakan bantuan program komputerisasi statistik didapatkan dari 5 pertanyaan untuk mengukur kebiasaan sarapan, semua pertanyaan dinyatakan valid, sehingga pertanyaan tersebut bisa digunakan untuk penelitian. Pertanyaan yang dianggap valid adalah yang jumlah $r_{hitung} > r_{tabel}$. Jumlah r_{tabel} pada penelitian ini adalah 0,349.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi di ukur atau diamati berkali-kali dalam waktu berlainan (Hidayat, 2009). Hasil uji reliabilitas kuesioner sarapan menunjukkan nilai koefisien internal *Cronbach Alpha* sebesar 0,881 (Wulandari, 2015),

sedangkan kuesioner konsentrasi menunjukkan nilai koefisien internal *Cronbach Alpha* sebesar 0,960. (Puspaningrum, 2013).

Peneliti melakukan uji realibilitas pada kuesioner sarapan dengan nilai konstanta *Cronbach Alpha* > 0,60 didapatkan nilai *Cronbach Alpha* adalah 0,601 (Reliabilitas Sedang) dengan syarat nilai .

G. Metode Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Editing

Editing dilakukan untuk memeriksa kelengkapan pengisian kuesioner dan konsistensi jawaban dengan pertanyaan.

b. Coding

Coding dilakukan dengan cara mengubah jawaban dari kuesioner kedalam kode-kode angka.

c. Processing

Proses data dilakukan dengan cara memasukan data atau entry data dari kuesioner kekomputer dengan program SPSS.

d. Cleaning

Setelah data dimasukan atau entry maka dilakukan pengecekan kembali pada data tersebut apakah terdapat kesalahan atau tidak (Notoatmodjo, 2010).

2. Analisis Univariat

Penelitian analisis univariat adalah analisa yang dilakukan menganalisis tiap variable hasil penelitian (Notoadmodjo, 2010). Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil

pengukuran sedemikian rupa, sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna. Peringkasan tersebut dapat berupa ukuran statistik, tabel, grafik. Bentuk analisa univariat tergantung dari jenis data. Untuk data numerik digunakan nilai *mean* atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi responden. (Notoadmodjo, 2010). Analisa univariat dilakukan masing – masing variabel yang diteliti yaitu ada 1 variabel independen (sarapan) dan 1 variabel dependen (konsentrasi belajar).

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2010). Dalam penelitian ini yang menjadi analisis bivariat peneliti adalah: “Menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah dasar di SDN Pangeran 1 Banjarmasin”.

Penelitian ini menggunakan uji *Kendall Tau*. Uji *Kendall Tau* adalah uji analisis yang menghubungkan 2 variabel yang berskala ordinal dan mengetahui tingkat korelasi antara 2 variabel tersebut.

Syarat Uji *Kendall Tau*:

- 1) Skala data variabel ordinal
- 2) Jenis hipotesis korelatif

Rumus :

$$\tau = 1 - \frac{S}{\frac{1}{2}n(n-1)}$$

Ket :

τ = nilai koefisien Kendall Tau

S = Pembilang dari jumlah konkordasi dan diskonkordasi
secara keseluruhan

n = Jumlah sampel

1 dan 2 = Konstanta

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Keadaan Geografis

SDN Pangeran 1 Banjarmasin terletak di jalan Pangeran RT.02 No.64 Kelurahan Pangeran Kecamatan Banjarmasin Utara. Mulai beroperasi pada tahun 1980. Luas bangunan 1.500 m², hak guna bangunan milik pemerintah dan akreditasi B. Telp. 0511-3302193

2. Visi, Misi dan Tujuan

a. Visi

Terwujudnya sekolah yang berkualitas, disiplin, dan peduli kebersihan yang dilandasi iman dan taqwa.

b. Misi

- 1) Meningkatkan keprofesionalan guru dalam mengajar.
- 2) Tersedianya sarana prasarana yang menunjang prestasi anak dalam belajar.
- 3) Menumbuhkan kesadaran bagi guru dan siswa akan pentingnya kedisiplinan.
- 4) Menanamkan budaya bersih dan sehat pada warga dan lingkungan sekolah.
- 5) Mengkondisikan pembinaan keagamaan siswa berkesinambungan

c. Tujuan

- 1) Siswa beriman dan bertaqwa kepada Tuhan YME dan berakhlak mulia
- 2) Siswa sehat jasmani dan rohani

- 3) Siswa memiliki dasar – dasar pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi.
- 4) Mengenal dan mencintai negara, bangsa, masyarakat dan kebudayaan nasional.
- 5) Siswa kreatif, terampil, mandiri, dan berdisiplin untuk mengembangkan diri secara terus menerus.

3. Kesiswaan

Tabel 4.1 Distribusi Jumlah Siswa SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Kelas	Tahun Pelajaran					
	2015-2016		2016-2017		2017-2018	
	Jumlah	Rombel	Jumlah	Rombel	Jumlah	Rombel
I	35	1	36	1	26	1
II	23	1	32	1	36	1
III	37	1	23	1	31	1
IV	38	1	36	1	22	1
V	29	1	37	1	37	1
VI	29	1	29	1	35	1
Jumlah	190	191	193	6	187	6

4. Sumber daya manusia

Tabel 4.2 Distribusi Data Guru PTK SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Status/ Jabatan	Tingkat Pendidikan Terakhir						Jumlah
	SLTP	SLTA	D2	D3	S1*)	S2	
Kepala Sekolah	-	-	-	-	1	-	1
Guru PNS	-	-	1	-	3	1	5
Guru Bantu/Honda	-	-	-	-	-	-	-
Guru Sukwan/Honor	-	-	-	-	4	-	4
Peg. Perpust./Adm.	-	1	-	-	1	-	2
Jumlah		1	1	-	9	1	12

B. Hasil Penelitian

1. Analisis karakteristik responden

a. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di

SDN Pangeran 1 Banjarmasin termuat pada tabel 4.3

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	34	45,9
Perempuan	40	54,1
Total	74	100

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden sebagian besar adalah perempuan berjumlah 40 orang (54,1%).

b. Distribusi frekuensi umur responden

Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
8 – 9 Tahun	19	25,7
10 – 11 Tahun	51	68,9
> 12 Tahun	4	5,4
Total	74	100

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden sebagian besar berumur 10-11 tahun sebanyak 51 orang (68,9%) dan sebagian kecil berumur > 12 tahun sebanyak 4 orang (5,4%).

c. Distribusi frekuensi kelas responden

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018 termuat pada tabel 4.5

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Kelas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
III	25	33,8
IV	18	24,3
V	31	41,9
Total	74	100

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa responden sebagian kelas V sebanyak 31 orang (41,9%) dan sebagian lainnya sebanyak 18 orang (24,3%).

2. Analisa Univariat

a. Sarapan Anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Distribusi frekuensi sarapan responden di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sarapan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	0	0
Cukup	5	6,8
Baik	69	93,2
Total	74	100

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki sarapan kategori baik sebanyak 69 orang (93,2%).

Peneliti melakukan pengamatan terhadap kisi-kisi pada kebiasaan sarapan untuk mengukur waktu sarapan, menu sarapan dan kebiasaan pengganti sarapan.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan sarapan setiap hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Setiap Hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Kebiasaan Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Selalu	51	68,9
Kadang-kadang	23	31,1
Tidak Pernah	0	0
Total	74	100

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa responden sebagian besar selalu sarapan sebanyak 51 orang (68,9%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan waktu sarapan setiap hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Waktu Sarapan Setiap Hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Waktu Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sebelum ke sekolah	64	86,5
Saat Istirahat	10	13,5
Setelah pulang	0	0
Total	74	100

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa responden sebagian besar waktu sarapan saat sebelum ke sekolah sebanyak 64 orang (86,5%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan menu sarapan yang biasa dikonsumsi setiap hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Menu Sarapan yang Biasa Dikonsumsi Setiap Hari di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Menu Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sarapan Utama	62	83,8
Snack	7	9,5
Minuman	5	6,8
Total	74	100

Tabel 4.9 menunjukkan bahwa responden sebagian besar mengkonsumsi menu sarapan dengan kategori sarapan utama sebanyak 62 orang (83,8%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan pengganti sarapan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018 termuat dalam table 4.10

Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Pengganti Sarapan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Pengganti Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Selalu	26	35,1
Kadang – kadang	30	40,5
Tidak pernah / Jarang	18	24,3
Total	74	100

Tabel 4.10 menunjukkan bahwa responden sebagian besar kadang - kadang mengganti sarapan sebanyak 30 orang (40,5%). Peneliti menanyakan pada 10 dari 56 orang siswa, mereka menyatakan bahwa lebih banyak mengganti sarapan dengan membawa bekal dan uang saku yang sedikit lebih banyak dari biasanya.

b. Tingkat Konsentrasi Responden di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tingkat Konsentrasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Buruk	6	8,1
Sedang	45	60,8
Baik	23	31,1
Total	74	100

Tabel 4.11 menunjukkan bahwa responden sebagian besar memiliki konsentrasi yang sedang sebanyak 45 orang (60,8%) dan sebagian kecil memiliki konsentrasi buruk sebanyak 6 orang (8,1%).

3. Analisa Bivariat

Tabulasi silang antara sarapan dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018.

Tabel 4.12 Tabulasi silang antara sarapan dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Sarapan	Konsentrasi								p value	r (Rho)	
	Buruk		Sedang		Baik		Total				
	n	%	N	%	n	%	N	%			
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,002	0,353
Cukup	2	2,7	2	2,7	1	1,4	5	6,8			
Baik	4	5,4	43	58,1	22	29,7	69	93,2			
Total	6	8,1	45	60,8	23	31,1	74	100			

Berdasarkan tabel 4.12 didapatkan bahwa anak yang sarapan baik memiliki konsentrasi sedang berjumlah 43 orang (58,1%) dan anak yang sarapan cukup memiliki konsentrasi yang buruk berjumlah 2 orang (2,7%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan sistem komputerisasi dengan uji *Kendall Tau* diperoleh nilai p value = 0,002, karena p value < 0,05, artinya ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin ke arah positif dengan nilai kolerasi 0,353 (kolerasi cukup kuat).

Peneliti melakukan uji tabulasi silang antara jenis kelamin dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.13 Tabulasi Silang antara Jenis Kelamin dengan Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Jenis Kelamin	Konsentrasi						Total	
	Buruk		Sedang		Baik		N	%
	n	%	n	%	n	%		
Laki- laki	2	2,7	19	25,7	13	17,6	34	45,9
Perempuan	4	5,4	26	35,1	10	13,5	40	54,1
Total	6	8,1	45	60,8	23	31,1	74	100

Tabel 4.13 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yang memiliki konsentrasi sedang sebanyak 26 orang (35,9%) dan sebagian lainnya responden berjenis kelamin perempuan yang memiliki konsentrasi buruk sebanyak 4 orang (5,4%).

Peneliti juga melakukan uji tabulasi silang antara umur dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada tahun 2018

Tabel 4.14 Tabulasi Silang antara Umur dengan Konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin pada Tahun 2018

Umur	Konsentrasi						Total	
	Buruk		Sedang		Baik		N	%
	n	%	n	%	N	%		
8 – 9	4	5,4	12	16,2	3	4,1	19	25,7
10 – 11	2	2,7	31	41,9	18	24,3	51	68,9
>12	0	0	2	2,7	2	2,7	4	5,4
Total	6	8,1	45	60,8	23	31,1	74	100

Tabel 4.14 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 10-11 tahun yang memiliki konsentrasi sedang sebanyak 31 orang (41,9%) dan sebagian kecil responden berumur 8-9 tahun yang memiliki konsentrasi buruk sebanyak 4 orang (5,4%).

C. Pembahasan

1. Sarapan anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Sarapan atau makan pagi adalah makanan yang disantap pada pagi hari, waktu sarapan dimulai dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi. Sarapan dianjurkan menyantap makanan yang ringan bagi kerja pencernaan, sehingga dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang memiliki kadar serat tinggi dengan protein yang cukup, tetapi memiliki kadar lemak yang rendah (Jetvig, 2010).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sarapan yang baik. Mayoritas responden memilih sarapan utama sebagai menu yang biasa dikonsumsi. Jenis hidangan yang dikonsumsi oleh anak sekolah untuk sarapan yaitu: makanan pokok; makanan pokok dan hewani; makanan pokok dan nabati; makanan pokok, hewani dan nabati; makanan pokok, hewani, nabati dan sayuran; makanan pokok, nabati dan sayuran; makanan pokok, hewani, nabati, sayuran dan makanan jajanan dan makanan jajanan.

Hasil penelitian milik Sari, *et all* (2012) bahwa jenis sarapan yang baik menurut responden penelitian adalah roti dan susu (26,5%); makanan sepinggan seperti bubur ayam, nasi uduk, nasi goreng (20,6%); dan sarapan lengkap seperti nasi, lauk pauk, sayur dan minuman (16,2%).

Sarapan memiliki kontribusi yang sangat besar pada kebutuhan mikronutrien, seperti zat besi, vitamin B dan vitamin D rata-rata lebih tinggi 20-60% pada anak yang mengkonsumsi sarapan dibandingkan dengan anak yang melewatkan sarapan, dimana zat-zat tersebut sangat dibutuhkan untuk anak-anak demi menunjang kegiatan sehari-hari (Fahmi,2015).

Sarapan pagi merupakan makanan yang berpengaruh untuk perkembangan otak. Otak membutuhkan nutrisi dan oksigen makanan akan dicerna di tubuh kemudian disampaikan ke seluruh tubuh, sel, jaringan-jaringan dan saraf. Proses berfikir membutuhkan kerja dari saraf yang melibatkan sel dan jaringan yang membutuhkan nutrisi. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa sarapan berhubungan erat dengan kecerdasan mental, sehingga memberikan nilai positif terhadap aktivitas otak, menjadi lebih cerdas, peka dan mudah

berkonsentrasi. Sebuah survei membuktikan anak dan remaja yang sarapan dengan makanan yang kaya karbohidrat akan lebih bersemangat, mampu mencurahkan perhatian pada pelajaran, ceria, kooperatif dan gampang berteman (Syhanur,2012).

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa siswa yang memiliki sarapan baik dan cukup karena keluarga selalu menyiapkan sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Siswa yang selalu sarapan ibunya memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, sedangkan, siswa yang memiliki sarapan cukup karena keluarga terkadang menyiapkan sarapan kadang juga tidak. Saat peneliti menanyakan sebanyak 3 dari 5 (6,8%) siswa yang memiliki sarapan yang cukup mengatakan bahwa orang tua mereka bekerja sebagai wiraswasta, atau pegawai negeri, sehingga orang tua tidak sempat membuatkan sarapan untuk keluarga. Siswa yang memiliki sarapan cukup, sebagian besar karena takut terlambat datang ke sekolah, namun terkadang ada yang membawa bekal ke sekolah lalu memakannya pada saat waktu istirahat.

Alasan banyaknya anak yang tidak biasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah adalah karena tidak tersedia pangan untuk disantap, pangan tidak menarik, jenis pangan yang disediakan monoton (membosankan) dan tidak cukup waktu (waktu terbatas) untuk menyediakan sarapan karena harus berangkat pagi. Di perkotaan tidak sarapan seringkali disebabkan kesibukan ibu bekerja dan waktu yang amat terbatas dipagi hari karena harus segera meninggalkan rumah (Khomsan, 2005)

Hal yang dapat dilakukan orang tua agar anaknya masih tetap sarapan tanpa membuat orang tua terlambat saat bekerja, misalnya

orang tua sudah merencanakan dari malam hari menu sarapan yang ingin dimasak untuk keesokan hari, dan membuat sarapan dengan menu yang bervariasi agar anak tidak bosan. Alangkah baiknya orang tua bangun lebih awal agar anak dapat sarapan lebih awal dan orang tua tidak terlambat untuk pergi bekerja. UKS sebagai pengawas kesehatan di sekolah juga sebaiknya mengingatkan bahwa pentingnya sarapan bagi siswa karena sarapan memiliki peran penting untuk anak agar proses belajar di sekolah berjalan dengan lancar. (Permenkes, 2014)

2. Tingkat Konsentrasi anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Konsentrasi adalah pemusatan fungsi jiwa terhadap suatu objek seperti pada saat konsentrasi pada pikiran, pada perhatian dan sebagainya (Djamarah, 2008). Hendrata (2007) juga berpendapat bahwa konsentrasi adalah sumber kekuatan pikiran dan bekerja berdasarkan daya ingat dan lupa dimana pikiran tidak dapat bekerja untuk lupa dan ingat dalam waktu bersamaan. Apabila konsentrasi seseorang mulai melemah maka akan cenderung mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi masih cukup kuat maka akan dapat mengingat dalam waktu yang lama.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SDN Pangeran 1 memiliki konsentrasi sedang sebanyak 60,8% dan konsentrasi baik sebanyak 31,1%. Apabila siswa memiliki konsentrasi yang baik maka akan berpengaruh kepada proses belajar mengajarnya. Siswa akan lebih fokus dan membuat prestasi siswa tersebut akan lebih baik. Anak usia sekolah sudah dapat berkonsentrasi lebih lama dibandingkan dengan anak yang berusia lebih muda dan mereka dapat fokus pada informasi yang dibutuhkan

serta dapat menyaring secara langsung informasi yang tidak relevan, ini diyakini karena kematangan neurologis pada anak usia sekolah. Menurut Surya (2010) konsentrasi belajar tidak datang dengan sendirinya atau dari pembawaan bakat seseorang sejak lahir. Konsentrasi belajar akan timbul dengan penciptaan dan perencanaan yang kemudian dijadikan kebiasaan dalam kegiatan belajar.

Konsentrasi merupakan salah satu tahap dari suatu proses belajar yang terjadi di sekolah. Tahap konsentrasi terjadi saat siswa harus memusatkan perhatian yang telah ada pada tahap motivasi, untuk tertuju pada hal-hal yang relevan dengan apa yang akan dipelajari. Pada tahap ini siswa harus memperhatikan unsur-unsur pokok dalam materi (Baharudin, 2010).

Apabila siswa memiliki konsentrasi rendah dapat berkontribusi sampai tidak naik kelas, hal ini dapat menyebabkan anak tersebut merasa malu dengan temannya dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Semakin lama menarik diri akan membuat anak menjadi pribadi yang anti dengan sosial. Tidak jarang bila sudah seperti ini, anak mengurung diri dan berakhir depresi. Jika terus dibiarkan dengan keadaan depresi, anak bisa saja melakukan percobaan bunuh diri.

Kemampuan konsentrasi siswa mempengaruhi prestasi, Fadhli (2010) mengungkapkan prestasi akademik dapat menurun akibat kurang konsentrasi belajar, didukung oleh pendapat Surya (2010), bahwa berdasarkan penelaahan para ahli pendidikan rendahnya kualitas prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan anak didik untuk dapat melakukan konsentrasi belajar.

Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi konsentrasi ialah pendekatan belajar seperti desain belajar. Peran guru sangat penting saat di sekolah karena mengingat dari teori milik Syah (2010) disebutkan bahwa suasana mengajar, model pembelajaran dan materi yang diajarkan juga menjadi salah satu faktor pendukung apakah siswa tersebut dapat berkonsentrasi baik atau tidak. Jadi, guru sebaiknya pada saat mengajar selalu memperhatikan bagaimana model pembelajaran yang cocok untuk materi yang disampaikan.

3. Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah dasar di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin. Hasil penelitian ini mendukung penelitian milik Tamsuri (2012), bahwa terdapat hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar pada anak dengan nilai p value = 0,546 dengan tingkat hubungan yang sedang dan menunjukkan angka yang positif, artinya semakin baik kebiasaan sarapan maka semakin baik pula konsentrasi belajar pada anak tersebut. Penelitian ini dilakukan pada anak di SDN Sukosari II Kecamatan Kasembon Kabupaten Malang.

Adole (2014), melakukan penelitian pada anak berusia 11-13 tahun dengan menggunakan tes kognitif, didapatkan hasil bahwa anak yang tidak sarapan memiliki nilai tes yang lebih rendah daripada anak yang sarapan. Anak yang sarapan mencapai skor lebih tinggi dalam skala Sekuensial dan Simultan dengan $p < 0,05 = 0,032$ dan $p = 0,016$.

Keeratan hubungan antara sarapan dengan konsentrasi didapat dengan nilai $r = 0,353$ yaitu kolerasi cukup kuat kearah positif yang artinya semakin baik sarapan maka semakin tinggi pula konsentrasi yang dicapai anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arifin (2015) perhitungan ini dapat dinilai rho yang didapatkan adalah ($\rho 0,05 < 0,581$), maka H_a diterima dan H_o ditolak, ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi siswa di SD Al-Fathimiyyah Surabaya, dengan hasil siswa sarapan berat dan konsentrasi baik sebanyak 37 siswa (62,7%) dan siswa tidak sarapan dengan konsentrasi kurang baik sebanyak 12 siswa (20,3%) dengan sampel sebanyak 59 siswa.

Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin cukup kuat, karena semua responden sebagian besar memiliki kebiasaan sarapan yang cukup dengan selalu mengkonsumsi makanan pokok lengkap, seperti nasi, lauk pauk, sayur-sayuran maupun buah-buahan. Siswa SDN Pangeran 1 Banjarmasin sebagian besar juga memiliki konsentrasi yang sedang, sehingga menunjukkan hasil bahwa sarapan sangat mempengaruhi hasil konsentrasi pada saat belajar ataupun melakukan kegiatan yang mengharuskan untuk fokus.

Sarapan pagi bermanfaat untuk konsentrasi belajar, mekanisme sarapan pagi yaitu selama proses pencernaan, karbohidrat di dalam tubuh dipecah menjadi molekul-molekul gula sederhana yang lebih kecil, seperti fruktosa, galaktosa dan glukosa. Glukosa ini merupakan bahan bakar otak sehingga dapat membantu dalam mempertahankan konsentrasi, meningkatkan kewaspadaan, dan memberi kekuatan untuk otak (Paretta, 2009).

Kadar gula darah yang didapatkan dari sarapan akan dirubah menjadi energi melalui proses metabolisme. Hasil metabolisme ini yang digunakan oleh sel-sel dalam tubuh untuk menjalankan fungsi setiap organ, sehingga tubuh menjalankan berbagai macam aktifitas dari berpikir, bekerja, dan mengerjakan aktifitas sehari-hari lainnya.

Menurut Ahmad, dkk (2011), apabila anak tidak sarapan pagi dapat menyebabkan konsentrasi belajar berkurang, kecepatan bereaksi menurun tajam sehingga kemampuan memecahkan suatu masalah juga menjadi sangat menurun yang akan menyebabkan prestasi belajar juga ikut menurun. Hal ini akan menghambat proses belajar di sekolah. Bila anak usia sekolah tidak terbiasa sarapan pagi secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan berat badan dan daya tahan tubuh, kurang gizi dan anemia zat besi. Namun, apabila anak tersebut terbiasa sarapan maka perilaku belajar anak menjadikan emosi anak cenderung lebih baik, anak menjadi lebih percaya diri dan lebih bersemangat dalam belajar, konsentrasi dan daya ingat meningkat (Rifameutika, 2008).

Nugroho (2007), Tonienase (2007), dan Syah (2010) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi adalah faktor internal, eksternal dan pendekatan belajar. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam seperti psikologis, fisiologis, termasuk turunnya kadar Hb karena nutrisi yang dikonsumsi kurang. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar, seperti lingkungan dan pergaulan. Faktor pendekatan belajar seperti desain belajar.

Faktor internal dalam konsentrasi salah satunya fisiologis, yaitu sarapan, selain sarapan, faktor internal yang mempengaruhi

konsentrasi dari segi psikologis oleh siswa tersebut. Faktor eksternal yang berpengaruh untuk tingkat konsentrasi pada penelitian ini ialah lingkungan. Lingkungan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin sangat tenang, karena tempatnya tidak terlalu dekat dengan jalan raya. Hal itu memungkinkan untuk menjadikan konsentrasi siswa tidak terganggu, serta pencahayaan yang bagus juga mendukung terbentuknya konsentrasi yang baik, karena sesuai dengan hasil penelitian ini, bahwa konsentrasi pada SDN Pangeran 1 Banjarmasin mayoritas memiliki konsentrasi yang baik. Guru juga sebaiknya selalu menjaga suasana kelas agar tetap kondusif dan tidak bising saat proses belajar mengajar.

Berdasarkan pengamatan peneliti didapatkan bahwa siswa perempuan memiliki konsentrasi buruk lebih banyak (5,4%) daripada siswa laki-laki (2,7%). Hal ini didukung oleh penelitian menurut Ghazvini (2011) menyatakan bahwa ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam konsentrasi dengan hasil kolerasi 0,0022, termasuk turunnya kadar Hb karena nutrisi yang dikonsumsi kurang. Hal ini disebabkan kadar Hb laki-laki lebih besar daripada perempuan. Jaleel, *et al* (2013) menyatakan bahwa ada perbedaan antara Hb dan kognitif siswa. Menurut hasil penelitian milik Gajre, *et al*, (2008) konsentrasi pada anak usia 11 – 13 tahun adalah usia yang rutin sarapan, tapi usia 11 tahun yang paling banyak yang melakukan sarapan.

Peran orang tua berpengaruh, karena orang tua harus selalu mengingatkan dan memperhatikan bahwa sarapan itu sangat penting untuk proses belajar anak di sekolah. Pekerjaan orang tua bukanlah menjadi hambatan untuk anak agar tetap mengkonsumsi sarapan di

pagi hari dan sebaiknya orang tua membuat sarapan dengan menu yang bervariasi agar anak tidak bosan (Gajre, *et all*, 2008).

Peran guru sangat berpengaruh agar siswa memiliki sarapan dan konsentrasi yang baik, guru mengingatkan siswa bahwa sarapan mempengaruhi proses belajar terutama performa di kelas, karena apabila siswa tidak sarapan, siswa akan merasa malas dan sulit pada saat mengerjakan soal seperti dalam hal pemecahan masalah (Arshad, 2014). Guru dapat membuat program untuk sarapan bersama di sekolah.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti tidak melakukan analisa bivariat pada faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi, misalnya, jenis kelamin dan usia. Akan tetapi, peneliti berupaya melakukan uji tabulasi silang antara jenis kelamin dengan konsentrasi, umur dengan konsentrasi.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin sebagian besar memiliki sarapan yang baik sebanyak 69 orang (93,2%).
2. Konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin sebagian besar memiliki konsentrasi yang sedang sebanyak 45 orang (60,8%).
3. Hasil penelitian pada siswa di SDN Pangeran 1 Banjarmasin terdapat sebanyak 22 orang (29,7%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang baik, sebanyak 43 orang (58,1%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang sedang, dan sebanyak 4 orang (5,4%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang buruk.
4. Berdasarkan analisis dilakukan oleh peneliti menggunakan uji Kendall Tau menunjukkan ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin dengan nilai ($p = 0,002$ dengan nilai $p < 0,05$ dan $r = 0,353$) dengan arah positif dan kolerasi cukup kuat.

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Sekolah agar terus memberikan pendidikan kesehatan kepada orang tua siswa ataupun siswa tentang pentingnya sarapan bagi anak usia sekolah dasar dan sebagai bahan informasi serta referensi bagi tenaga kesehatan (UKS) serta guru pengajar tentang pentingnya

sarapan untuk meningkatkan konsentrasi siswa agar mencapai prestasi yang baik.

2. Bagi Keluarga

Keluarga harus lebih memperhatikan sarapan pada anak usia sekolah agar konsentrasi yang dicapai anak tersebut dicapai dengan baik. Keluarga juga harus lebih memahami bahwa pentingnya sarapan bagi anak usia sekolah dasar. Apabila orang tua memiliki pekerjaan, harusnya tetap mengusahakan anaknya sarapan dan sebaiknya orang tua membuat sarapan dengan menu yang bervariasi agar anak tidak bosan karena sarapan memiliki peran penting untuk anak agar proses belajar di sekolah berjalan dengan lancar.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar dapat meneliti faktor penyebab lain yang mempengaruhi konsentrasi, seperti psikologis, lingkungan, tingkat kebisingan, metode pembelajaran seperti design belajar dan meneliti hubungan antara sarapan dengan Hb, hubungan antara umur dengan konsentrasi, dan hubungan antara jenis kelamin dengan konsentrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adole, Anchamo Anato and Markos Budusa Ware. Assessment of breakfast eating habits and its association with cognitive performance of early adolescents (11-13 years) in Shebedino District, Sidama Zone, Southern Ethiopia. *Journal of Food and Nutrition Science*. Vol 2(4): 130-137
- Arifin, Leo Akbar, Prihanto, Junaidi Budi. 2015. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Siswa Di Sekolah . Surabaya .Jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan Vol.03 No.01.
- Arisman. 2010. *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan edisi 2*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Arshad, Nadeem, Umair Ahmed. 2014. Impact of Breakfast Habits on Education Performance of University Students. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*. Vol. 3 (1). 255-270.
- Ayala, *et al.* 2016. Breakfast habits and health perceptions in south – eastern Spanish adolescents . Spain. [Internet]. Tersedia dalam <http://www.shs-conferences.org>. [diakses tanggal 11 September 2017].
- Baharudin dan Esa Nur Wahyuni. 2010. Teori Belajar dan Pembelajaran. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin.2014. *Hasil UN SDN di Kota Banjarmasin*. Banjarmasin.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fahmi MI. Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar anak sekolah dasar [skripsi]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2015.
- Gajre, *et all.* 2008. Breakfast Eating Habit and its Influence on Attention-concentration, Immediate Memory and School Achievement. National Institute of Nutrition. India. Vol.45.
- Ghazvini, Sayid Dabbagh and Milad Khajehpour. 2011. Gender differences in factors affecting academic performance of high school student. *Procedia Social and Behavioral Sciences* Vol 15: 1040–1045
- Handayani, K.M., Masrul, Adrial Maidarmi.2014. Hubungan Asupan energi sarapan terhadap Tingkat Konsentrasi Siswa-Siswi kelas XII SMA N 1 Padang Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal Kesehatan Andalas* 3 ;(3).
- Hardinsyah. 2012. Masalah dan Pentingnya Sarapan bagi Anak. Materi Simposium Sarapan Sehat.Jakarta
- Hidayat, Aziz Alimul. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.

- <http://www.silvaindiakolkata.com/concentration.htm>, diakses tanggal 08 Juli 2017.
- Iqbal, Fahmi Maulana. 2015. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar . [Skripsi]. Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Jaleel, Ilham, *et all.* 2013. Effect of Hb% on Cognitive Skills in UG Medical Students. *Journal of Clinical & Diagnostic Research.* 7(7): 1325–1327.
- Jetvig. 2010. *Perubahan Konsumsi pangan dan Pola Kebiasaan Makan.* Jakarta.
- Kementrian Kesehatan RI.2016.*Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta.
- Khomsan, Ali. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan.* Jakarta: PT. Rajagrafindo
- Lentini, B. 2014. Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Status Hidrasi Dengan Konsentrasi Berfikir Pada Remaja.[Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Maksum, A. 2011.Psikologi Olahraga Teori Dan Aplikasi. Surabaya: Unesa University Press.
- Martianto D., et al. 2008. Analisis situasi ketahanan pangan dan gizi dan program untuk memperkuat ketahanan pangan dan memperbaiki status gizi anak di 74 Kabupaten Timor Tengah Selatan Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Gizi Indonesia Bogor Jawa Barat.*
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41
- Moehji, S. 2009. *Ilmu Gizi 2 Penanggulangan Gizi Buruk.* Jakarta. PT. Bhratara Niaga Media.
- Natalia, Veronika.2017. Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Anak Usia Sekolah di SMP Negeri 45 Bandung. STIKES Dharma Husada Bandung [Internet]. Tersedia dalam: <http://scribd.com/> [diakses tanggal 15 November 2017]
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho, W. 2007. *Belajar Mengatasi Hambatan Belajar.* Surabaya: Prestasi pustaka.
- Parreta, L. 2009. Makanan untuk otak. Penerbit Erlangga: Jakarta
- Rahman, R. Topan Aditya. 2015. *Analisis Statistik Penelitian Kesehatan.* Banjarmasin: IN MEDIA.
- Sari, et all. 2012. Kebiasaan dan Kualitas Sarapan Pada Siswi Remaja di Kabupaten Bogor.Departemen Gizi Masyarakat. *Jurnal Gizi dan Pangan,* 7(2): 97-102.

- Slameto, 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor Yang mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sugiono, 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Indonesia*. Pusat promosi Kesehatan dan Litbangkes. Jakarta.
- Syah Muhibbin. 2006. *Psikologi Belajar* , Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Syahnur, A. M. 2012. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar anak di SDN 20 Pangkajene. [Internet] Tersedia dalam <http://www.jurnalstikeshasanudinmakasar> [diakses tanggal 10 Juli 2018]
- Widyanti, Putu A., Sidiartha, I Gst Lanang., 2013. Breakfast Habit and Academic Performance among Suburban Elementary School Children. Dept. of Child Health, Medical School, Udayana University Sanglah Hospital, Denpasar. MEDICINA 44:3

LAMPIRAN

**FORMULIR JUDUL SKRIPSI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

Nama : Maulidya Rahmah
NIM : 14.1K.397
Tanggal Pengajuan : 26 Juli 2017
Jenis Tugas Akhir : Skripsi
Rencana Judul (Prioritas Pertama) : Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah di SD Banjarmasin
a. Pembimbing I : Umi Hanik Fetriyah., M.Kep
b. Pembimbing II : Yunina Elasan, S.Kep.,Ns

Judul Cadangan

- 1.
- 2.
- ..

Banjarmasin, 26 Juli 2017
Mahasiswa yang mengajukan

Maulidya
Maulidya Rahmah
NIM 14.1K.397

Mengetahui

Pembimbing I
[Signature]
Umi Hanik Fetriyah., M.Kep
NIK. 19.44.2009.026

Pembimbing II
[Signature]
Yunina Elasan, S.Kep., Ns
NIK. 19.44.2014.097



**YAYASAN INDAH BANJARMASIN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SARI MULIA**

SK MENDIKNAS NO. 44/D/O/2009 Terakreditasi BAN-PT
Jl. Pramuka No. 2 Banjarmasin Telp. (0511) 3268105, Fax. (0511) 3270134
e-mail : info@stikessarimulia.ac.id, Website : www.stikessarimulia.ac.id

Banjarmasin, 27 September 2017

Nomor : 570/A/LPPM/STIKES-SM/IX/2017
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Melakukan Studi Pendahuluan
Untuk Pembuatan Proposal Penelitian.

Kepada Yth,
Kepala Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin
Di -

Tempat

Sesuai dengan Kurikulum nasional untuk pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan mahasiswa di semester akhir tahun akademik 2017/2018 wajib membuat sebuah laporan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon untuk diberikan izin kepada

Nama : Maulidya Rahmah

NIM : 14.IK.397

Judul : Hubungan Sarapan Pagi dengan konsentrasi Belajar pada anak usia sekolah di SD Banjarmasin

Untuk melakukan studi pendahuluan di Instansi yang terkait sesuai dengan masalah penelitian yang akan disusun menjadi proposal penelitian. Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu berkenan mendukung mahasiswa/i untuk mendapatkan data-data yang diperlukan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

STIKES SARI MULIA
Ketua LPPM

LEMBAGA PENELITIAN
LPPM
MENGGABUNG MASYARAKAT
STIKES SARI MULIA
Dede Mahdiyah, M. Si
NIK. 19.44.2012.069

Tembusan:
1. Arsip



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN DINAS PENDIDIKAN

Jl. Kapten Pierre Tendean No. 29 Rt. 16 Telp. (0511) 3253373 Fax. (0511) 3250914 BANJARMASIN Kode Pos 702

Nomor : 070/ 1234-Sekr/Dipendik
Lampiran : -
Perihal : Izin Studi Pendahuluan

Banjarmasin, 17 Oktober 2017

Kepada
Yth. Ketua LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Sari Mulia
di -
Banjarmasin

REKOMENDASI

Berdasarkan surat Saudara, Nomor: 570/A/LPPM/STIKES-SM/IX2017, tanggal 27 September 2017 perihal tersebut di atas. Dengan ini diberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : MAULIDYA RAHMAH
2. NIM : 14.IK.397
3. Program Studi : Ilmu Keperawatan
4. Tempat : SD Negeri Kota Banjarmasin
5. Jangka Waktu : 3 (tiga) bulan
6. Judul : HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD BANJARMASIN

Dengan Ketentuan :

1. Sebelum melaksanakan kegiatan agar yang bersangkutan menghubungi Kepala Sekolah tempat Penelitian dilaksanakan.
2. Agar Kegiatan yang dilakukan tidak mengganggu proses belajar mengajar.
3. Menyampaikan / melaporkan hasilnya ke Sub Bagian Umum dan Kepegawaian Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin.

Demikian rekomendasi ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Kepala Dinas
Sekretaris,

Drs. MUHAMMAD SARWANI, SE, MM
Pembina Tingkat I
NIP. 19620613 198903 1 013

Tembusan Yth :

Kepala SD Negeri Kota Banjarmasin



YAYASAN INDAH BANJARMASIN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SARI MULIA

SK MENDIKNAS NO. 44/D/O/2009 Terakreditasi BAN-PT
Jl. Pramuka No. 2 Banjarmasin Telp. (0511) 3268105, Fax. (0511) 3270134
e-mail : info@stikessarimulia.ac.id, Website : www.stikessarimulia.ac.id

Banjarmasin, 17 April 2018

Nomor : 082/A/LPPM/STIKES-SM/IV/2018
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin melakukan
Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.

Kepada Yth
Kepala Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin

Di -

Tempat

Sesuai dengan ketentuan yang ada pada panduan penulisan dan pelaksanaan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tahun Akademik 2017/2018 yang akan melakukan penelitian sebagai prasyarat akhir program, maka sehubungan dengan hal tersebut kami mohon untuk kiranya berkenan memberikan ijin kepada :

Nama : Maulidya Rahmah

NIM : 14.IK.397

JUDUL : Hubungann sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Tempat : SDN Melayu 5 Banjarmasin

untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas kuesioner penelitian.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

STIKES SARI MULIA
Ketua LPPM PENELITIAN

Dede Mahdiyah, M. Si
NIK. 19.44.2012.069

Tembusan:

1. Kepala Sekolah SDN Melayu 5 Banjarmasin
2. Arsip



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN
DINAS PENDIDIKAN

Jl. P. Tendean Nomor 29☎(0511) 3253373 Fax (0511) 3250914 BANJARMASIN

Nomor : 070/462 -Skr/Dipendik Banjarmasin, 20 April 2018
Lampiran : -
Perihal : **Izin Melakukan Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian**

K e p a d a
Yth. Ketua LPPM
STIKES SARI MULIA
di -
Banjarmasin

REKOMENDASI


Berdasarkan surat Saudara, Nomor :082/A/LPPM/STIKES-SM/IV/2018 Tanggal 17 April 2018 perihal tersebut di atas dengan ini diberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : **MAULIDYA RAHMAH**
NIM : **14.IK.397**
2. Program Studi : Ilmu Keperawatan
3. Tempat : SDN Melayu 5 Banjarmasin
4. Jangka Waktu : 3 (tiga) bulan
5. Judul : **HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN MELAYU 5 BANJARMASIN**

Dengan ketentuan :

1. Sebelum melaksanakan kegiatan agar yang bersangkutan menghubungi Kepala Sekolah tempat penelitian dilaksanakan.
2. Agar kegiatan yang dilakukan tidak mengganggu proses belajar mengajar.
3. Menyampaikan / melaporkan hasilnya ke Sub Bagian Umum dan Kepegawaian Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin.

Demikian rekomendasi ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Kepala Dinas
Sekretaris,
DINAS
PENDIDIKAN
BANJARMASIN
Drs. MUHAMMAD SARWANI, SE.MM
NIP. 19620613 198903 1 013

Tembusan Yth :

1. Kepala Sekolah SDN Melayu 5 Banjarmasin



**YAYASAN INDAH BANJARMASIN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SARI MULIA**

SK MENDIKNAS NO. 44/D/O/2009 Terakreditasi BAN-PT
Jl. Pramuka No. 2 Banjarmasin Telp. (0511) 3268105, Fax. (0511) 3270134
e-mail : info@stikessarimulia.ac.id, Website : www.stikessarimulia.ac.id

Banjarmasin, 17 April 2018


Nomor : 086/A/LPPM/STIKES-SM/IV/2018
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin Melakukan Penelitian (Penyusunan Skripsi)

Kepada Yth,
Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin
Di -
Tempat

Sesuai dengan tuntutan Kurikulum Pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan, mahasiswa di Semester akhir Tahun Akademik 2017/2018 wajib membuat sebuah Skripsi, Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon untuk diberikan izin kepada:

Nama : Maulidya Rahmah
NIM : 14.IK.397
Semester/Prodi : VIII/S1 Keperawatan/ Angkatan VI
Judul : Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjrmasin
Tempat : SDN Pangeran 1 Banjrmasin
Waktu : Bulan Mei

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu berkenan mendukung mahasiswa dalam melakukan pengumpulan data-data yang diperlukan.
Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

STIKES SARI MULIA
Keturunan LPPM PENELITIAN

Dede Mahdiyah, M. Si
NIK. 19.44.2012.069

Tembusan:

1. Kepala Sekolah SDN Pangeran 1 Banjarmasin
2. Arsip



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN
DINAS PENDIDIKAN

Jl. P. Tendean Nomor 29 (0511) 3253373 Fax (0511) 3250914 BANJARMASIN

Nomor : 070/ 569 -Sekt/Dipendik
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian/Minta Data

Banjarmasin, 18 April 2018

Kepada
Yth. Ketua LPPM STIKES SARI
MULIA
di -
Banjarmasin

REKOMENDASI

Berdasarkan surat Saudara, Nomor: 086/A/LPPM/STIKES-SM/TV/2018 , tanggal 17 April 2018 perihal tersebut di atas. Dengan ini diberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : **MAULIDYA RAHMAH**
2. NIM : 14.IK.397
3. Jurusan / Program Studi : Ilmu Keperawatan
4. Tempat : SDN Pangeran 1 Banjarmasin
5. Jangka Waktu : 3 (tiga) bulan
6. Judul Penelitian : **HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN**

Dengan Ketentuan :

1. Sebelum melaksanakan kegiatan agar yang bersangkutan menghubungi Kepala Sekolah tempat penelitian dilaksanakan.
2. Agar Kegiatan yang dilakukan tidak mengganggu proses belajar mengajar.
3. Menyampaikan / melaporkan hasilnya ke Sub Bagian Umum dan Kepegawaian Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin.

Demikian rekomendasi ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya



Drs. MUHAMMAD SARWANI, SE.MM
Pembina Tingkat I
NIP. 19620613 198903 1 013

Tembusan Yth :
Kepala SDN Pangeran 1 Banjarmasin

**SURAT PERMINTAAN
MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Maulidya Rahmah

NIM : 14.IK.397

Adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin, melakukan penelitian yang berjudul **"Hubungan Sarapan Dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin"** Sebagai tugas akhir untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.

Untuk keperluan tersebut, saya mohon kesediaan saudara untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Selanjutnya saya mohon kesediaan saudara untuk mengisi lembar kuesioner atau daftar pertanyaan yang telah saya sediakan dengan kejujuran dan apa adanya sesuai dengan yang saudara alami.

Demikian permohonan ini, atas bantuan dan partisipasi saudara, saya ucapkan terima kasih.

Banjarmasin, Maret 2018

Hormat Saya,

Maulidya Rahmah
NIM 14.IK.397

**SURAT PERSETUJUAN
MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Dengan ini bersedia untuk menjadi subjek penelitian dalam penelitian :

Nama : Maulidya Rahmah

NIM : 14.IK.397

Judul Penelitian : Hubungan Sarapan Dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarnasin

Setelah saya membaca maksud dan tujuan dari penelitian ini maka saya menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden penelitian ini. Saya menyadari sepenuhnya manfaat penelitian ini terhadap ilmu pengetahuan.

Demikian pertanyaan ini saya buat dalam keadaan sesadar yang sesadar-sadarnya tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Banjarnasin, Maret 2018

Responden

(.....)

No:.....

KUESIONER PENELITIAN
KEBIASAAN SARAPAN PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR

1. Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan
2. Tempat/Tanggal Lahir:
3. Umur :
4. Kelas :

Petunjuk Pengisian

1. Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan jujur dan sesuai dengan keadaan kamu.
2. Pilih salah satu dari jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda silang (X) pada jawaban.
3. Bila ada pertanyaan yang tidak kamu pahami tanyakan kepada kakak.

SARAPAN

1. Apakah kamu sarapan setiap hari?
 - a. Ya, selalu (5-7x seminggu)
 - b. Kadang – kadang (3-4x seminggu)
 - c. Tidak pernah / jarang (0-2x seminggu), alasannya
2. Kapan kamu biasanya sarapan?
 - a. Sebelum berangkat ke sekolah (6-7 pagi)
 - b. Saat istirahat
 - c. Setelah pulang sekolah

3. Menu apa yang biasa dimakan saat sarapan?
 - a. Menu Utama (Nasi / lauk atau 2 potong roti, sereal)
 - b. Makanan ringan (snack)
 - c. Hanya minuman (Susu, teh, air putih)
4. Apakah kamu sarapan hanya dengan minuman (susu murni, the manis, air putih)?
 - a. Tidak pernah
 - b. Jarang
 - c. Ya, selalu
5. Apa keluarga menyiapkan pengganti sarapan bila tidak sempat sarapan?
 - a. Ya, selalu (5-7x seminggu)
 - b. Kadang – kadang (3-4x seminggu)
 - c. Tidak pernah / jarang (0-2x seminggu),

GRID CONCENTRATION TEST

Cara melakukan tes

1. Temukan angka 00, 01, 02, 03 dan seterusnya secara berurutan dan tidak boleh ada yang terlewat.
2. Jika sudah menemukan angka, coret angka tersebut. Coret angka mulai dari angka 00
3. Waktu yang diberikan untuk test ini adalah 1 menit

Penilaian skor :

- Konsentrasi baik, jika dalam satu menit berhasil menemukan urutan angka lebih dari 21
- Konsentrasi cukup, jika dalam satu menit berhasil menemukan urutan angka 11-20.
- Konsentrasi buruk, jika dalam satu menit berhasil menemukan urutan angka dari 00-10.

71	91	63	79	31	01	92	21	43	69
12	80	65	74	36	84	54	89	52	11
73	93	90	81	33	03	44	23	45	68
04	34	67	70	22	48	56	02	32	13
75	95	46	83	35	05	82	25	47	57
94	06	98	24	14	64	58	53	72	15
77	97	26	85	37	07	16	27	49	61
28	50	00	30	20	62	60	55	66	17
10	40	59	87	39	09	96	29	51	41
08	18	42	38	76	99	88	78	86	19

Master Tabel Sarapan

No	Nama	JK	UMUR	KLS	P1	P2	P3	P4	P5	P TOT	KATEGORI	KET.
1	R	P	9	III	2	3	3	2	1	11	3	Baik
2	S	P	10	III	2	3	1	1	2	9	2	Cukup
3	A	L	9	III	2	3	3	2	2	12	3	Baik
4	M	L	10	III	2	3	3	2	1	11	3	Baik
5	A	P	8	III	2	3	3	3	3	14	3	Baik
6	K	L	10	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
7	S	P	8	III	2	2	3	3	3	13	3	Baik
8	I	P	9	III	3	3	3	2	1	12	3	Baik
9	A	P	9	III	3	3	3	3	2	14	3	Baik
10	H	L	9	III	2	3	3	3	2	13	3	Baik
11	D	P	9	III	3	3	3	1	2	12	3	Baik
12	J	P	9	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
13	F	P	9	III	3	3	1	2	1	10	2	Cukup
14	L	P	9	III	3	2	2	1	3	11	3	Baik
15	Y	P	9	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
16	A	L	9	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
17	R	P	10	III	3	3	3	1	2	12	3	Baik
18	N	P	9	III	3	3	3	2	3	14	3	Baik
19	R	P	10	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
20	D	P	9	III	3	3	1	2	1	10	2	Cukup
21	M	P	9	III	3	2	3	2	1	11	3	Baik
22	A	P	9	III	2	3	3	2	1	11	3	Baik
23	S	L	9	III	2	3	3	3	2	13	3	Baik
24	T	L	10	III	2	3	3	3	2	13	3	Baik
25	N	P	9	III	3	3	3	3	3	15	3	Baik
26	S	L	10	IV	2	3	3	2	2	12	3	Baik
27	F	L	11	IV	3	3	3	2	3	14	3	Baik
28	R	L	10	IV	3	3	3	2	2	13	3	Baik
29	A	P	10	IV	3	3	3	2	1	12	3	Baik
30	Z	L	10	IV	3	3	3	3	3	15	3	Baik
31	S	P	10	IV	2	2	3	2	1	10	2	Cukup
32	R	L	11	IV	3	3	2	2	1	11	3	Baik
33	F	L	10	IV	3	3	2	2	1	11	3	Baik
34	N	P	10	IV	3	3	3	2	1	12	3	Baik
35	R	P	10	IV	2	2	3	2	3	12	3	Baik
36	N	P	10	IV	3	3	3	2	2	13	3	Baik
37	R	L	10	IV	3	3	3	3	3	15	3	Baik
38	K	P	10	IV	2	3	2	3	1	11	3	Baik
39	S	P	10	IV	3	2	3	2	3	13	3	Baik
40	A	L	10	IV	2	3	3	2	1	11	3	Baik
41	J	L	10	IV	2	2	3	2	2	11	3	Baik
42	R	L	10	IV	3	3	3	3	3	15	3	Baik
43	A	L	10	IV	3	3	3	2	2	13	3	Baik
44	A	P	11	V	2	3	3	3	2	13	3	Baik
45	T	P	11	V	2	2	3	2	2	11	3	Baik

46	B	L	10	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik
47	R	L	12	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik
48	Y	L	12	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
49	A	L	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
50	R	L	11	V	3	3	3	2	3	14	3	Baik
51	F	L	11	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik
52	M	P	11	V	3	3	3	2	3	14	3	Baik
53	S	L	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
54	A	L	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
55	N	L	11	V	2	3	3	3	2	13	3	Baik
56	H	P	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
57	I	P	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
58	D	P	11	V	3	3	3	2	2	13	3	Baik
59	N	P	11	V	3	3	3	3	2	14	3	Baik
60	A	L	11	V	3	3	3	2	3	14	3	Baik
61	J	P	11	V	2	2	1	2	2	9	2	Cukup
62	Y	P	11	V	3	2	2	3	2	12	3	Baik
63	N	P	11	V	3	3	3	2	1	12	3	Baik
64	R	P	11	V	3	3	3	2	1	12	3	Baik
65	D	P	11	V	2	3	2	3	1	11	3	Baik
66	M	L	10	V	2	3	2	2	3	12	3	Baik
67	W	L	10	V	3	3	3	3	2	14	3	Baik
68	M	P	11	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik
69	S	L	11	V	3	3	3	3	2	14	3	Baik
70	A	L	11	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik
71	D	L	10	V	2	3	3	3	1	12	3	Baik
72	L	P	11	V	3	3	1	3	2	12	3	Baik
73	M	L	13	V	3	3	3	3	2	14	3	Baik
74	R	P	12	V	3	3	3	3	3	15	3	Baik

Master Tabel Konsentrasi

No	Nama	Hasil	Kategori	Ket.
1	R	24	3	Baik
2	S	11	2	Sedang
3	A	6	1	Buruk
4	M	13	2	Sedang
5	A	12	2	Sedang
6	K	22	3	Baik
7	S	11	2	Sedang
8	I	23	3	Baik
9	A	13	2	Sedang
10	H	12	2	Sedang
11	D	11	2	Sedang
12	J	9	1	Buruk
13	F	7	1	Buruk
14	L	11	2	Sedang
15	Y	21	3	Baik
16	A	13	2	Sedang
17	R	8	1	Buruk
18	N	13	2	Sedang
19	R	11	2	Sedang
20	D	10	1	Buruk
21	M	15	2	Sedang
22	A	14	2	Sedang
23	S	11	2	Sedang
24	T	21	3	Baik
25	N	14	2	Sedang
26	S	11	2	Sedang
27	F	14	2	Sedang
28	R	12	2	Sedang
29	A	21	3	Baik
30	Z	22	3	Baik
31	S	17	2	Sedang
32	R	15	2	Sedang
33	F	23	3	Baik
34	N	15	2	Sedang
35	R	19	2	Sedang
36	N	17	2	Sedang
37	R	24	3	Baik
38	K	16	2	Sedang
39	S	21	3	Baik
40	A	24	3	Baik
41	J	9	1	Buruk
42	R	21	3	Baik
43	A	17	2	Sedang
44	A	16	2	Sedang
45	T	15	2	Sedang
46	B	21	3	Baik

47	R	23	3	Baik
48	Y	16	2	Sedang
49	A	20	2	Sedang
50	R	15	2	Sedang
51	F	19	2	Sedang
52	M	22	3	Baik
53	S	20	2	Sedang
54	A	24	3	Baik
55	N	21	3	Baik
56	H	17	2	Sedang
57	I	19	2	Sedang
58	D	20	2	Sedang
59	N	23	3	Baik
60	A	19	2	Sedang
61	J	22	3	Baik
62	Y	14	2	Sedang
63	N	18	2	Sedang
64	R	16	2	Sedang
65	D	14	2	Sedang
66	M	17	2	Sedang
67	W	22	3	Baik
68	M	21	3	Baik
69	S	18	2	Sedang
70	A	22	3	Baik
71	D	17	2	Sedang
72	L	16	2	Sedang
73	M	19	2	Sedang
74	R	22	3	Baik

Hasil Penelitian

Frekuensi

JK

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid L	34	45.9	45.9	45.9
P	40	54.1	54.1	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 8	2	2.7	2.7	2.7
9	17	23.0	23.0	25.7
10	26	35.1	35.1	60.8
11	25	33.8	33.8	94.6
12	3	4.1	4.1	98.6
13	1	1.4	1.4	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Analisis Univariat

Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	5	6.8	6.8	6.8
Baik	69	93.2	93.2	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Soal 1 - 5

Kebiasaan Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kadang-kadang	23	31.1	31.1	31.1
Selalu	51	68.9	68.9	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Waktu_Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Saat istirahat	10	13.5	13.5	13.5
Sebelum ke sekolah	64	86.5	86.5	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Menu Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Minuman	5	6.8	6.8	6.8
Snack	7	9.5	9.5	16.2
Menu Utama	62	83.8	83.8	100.0
Total	74	100.0	100.0	

Sarapan Minum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	4	5.4	5.4	5.4
	Jarang	38	51.4	51.4	56.8
	Selalu	32	43.2	43.2	100.0
	Total	74	100.0	100.0	

Pengganti Sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	18	24.3	24.3	24.3
	Jarang	30	40.5	40.5	64.9
	Selalu	26	35.1	35.1	100.0
	Total	74	100.0	100.0	

Konsentrasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	6	8.1	8.1	8.1
	Sedang	45	60.8	60.8	68.9
	Baik	23	31.1	31.1	100.0
	Total	74	100.0	100.0	

Analisis Bivariat

Sarapan * Konsentrasi Crosstabulation

			Konsentrasi			Total
			Buruk	Sedang	Baik	
Sarapan	Cukup	Count	2	2	1	5
		% of Total	2.7%	2.7%	1.4%	6.8%
	Baik	Count	4	43	22	69
		% of Total	5.4%	58.1%	29.7%	93.2%
Total		Count	6	45	23	74
		% of Total	8.1%	60.8%	31.1%	100.0%

Uji Kendall Tau

Correlations

			Sarapan	Konsentrasi
Kendall's tau_b	Sarapan	Correlation Coefficient	1.000	.353 ^{**}
		Sig. (2-tailed)	.	.002
		N	74	74
	Konsentrasi	Correlation Coefficient	.353 ^{**}	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.
		N	74	74

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabulasi Silang

Jenis_Kelamin * Konsentrasi Crosstabulation

			Konsentrasi			Total
			Buruk	Sedang	Baik	
Jenis_Kelamin	Laki-laki	Count	2	19	13	34
		% of Total	2.7%	25.7%	17.6%	45.9%
	Perempuan	Count	4	26	10	40
		% of Total	5.4%	35.1%	13.5%	54.1%
Total		Count	6	45	23	74
		% of Total	8.1%	60.8%	31.1%	100.0%

Umur * Konsentrasi Crosstabulation

			Konsentrasi			Total
			Buruk	Sedang	Baik	
Umur	8-9	Count	4	12	3	19
		% of Total	5.4%	16.2%	4.1%	25.7%
	10-11	Count	2	31	18	51
		% of Total	2.7%	41.9%	24.3%	68.9%
	>12	Count	0	2	2	4
		% of Total	.0%	2.7%	2.7%	5.4%
Total		Count	6	45	23	74
		% of Total	8.1%	60.8%	31.1%	100.0%

CATATAN KONSULTASI







PEMBIMBING I : Umi Hanik Fetriyah, S.Kep, Ns., M.Kep

N	TANGGAL	KEGIATAN	PARAF PEMBIMBING
1.	06 Juni 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Tambahkan hasil penelitian di Bab I - Tambahkan teori, jurnal di pembahasan 	
2.	26 Juli 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki penulisan dan pembahasan 	
3.	30 Juli 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki pembahasan dan penulisan 	
4.	01 Agustus 2018	Perbaiki pembahasan dan bab V	
5.	03 Agustus 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Tambahkan jurnal di pembahasan - Perbaiki abstrak 	
6.	06 Agustus 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Tambahkan jurnal - Perbaiki penulisan 	
7.	07 Agustus 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki pembahasan - Perbaiki abstrak 	

8.	08 Agustus 2018	- Acc maju hasil	
----	-----------------	------------------	---

CATATAN KONSULTASI

PEMBIMBING II : Yunina Elasari, S.Kep., Ns

N	TANGGAL	KEGIATAN	PARAF PEMBIMBING
1.	26 Juli 2018	- Perbaiki Bab III, tambahkan hasil penelitian	
2.	30 Juli 2018	- Perbaiki penulisan - Tambahkan teori, jurnal di pembahasan	
3.	02 Agustus 2018	- Perbaiki pembahasan	
4.	03 Agustus 2018	- Perbaiki penulisan	
5.	06 Agustus 2018	- Tambahkan jurnal	
6.	07 Agustus 2018	- Acc hasil - Persiapan mau siding hasil	
7.			

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Biodata

Nama : Maulidya Rahmah

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir: Banjarmasin, 06 Agustus 1996

Alamat : Jl. Banua anyar Komplek Banua Anyar Permai No.52 RT.
03 Banjarmasin

Agama : Islam

Nama Orang Tua

Ayah : Zainal Riduan

Ibu : Mahrita

Pendidikan Formal

1. Madrasah Diniyah Islamiyah Muhammadiyah 1-2 : 2002-2008
2. SMPN 2 Banjarmasin : 2008-2011
3. MAN 1 Banjarmasin : 2011-2014
4. STIKES Sari Mulia Banjarmasin : 2014 - sekarang