

**HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI  
BELAJAR ANAK SD NEGERI 01 BARUGA  
DI KOTA KENDARI**

**SKRIPSI**



**Penyusun :**

**Fitriani Sufrin**

**NIM P00313017.055**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI  
PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
2018**

**HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI  
BELAJAR ANAK SD NEGERI 01 BARUGA  
DI KOTA KENDARI**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains

Terapan

**Penyusun :**

**Fitriani Sufrin**

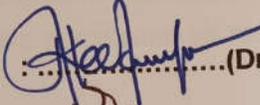
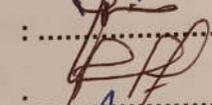
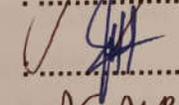
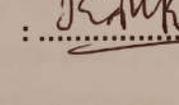
**NIM P00313017.055**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI  
PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
2018**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul "Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 01 Baruga Di Kota Kendari" telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sains Terapan pada Program Studi Diploma IV Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari pada tanggal 16 Agustus 2018.

### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Pembimbing I :  (Dr. S. Akbar Toruntju, SKM, M.Kes)  
Pembimbing II :  (Imanuddin, SP, M.Kes)  
Penguji I :  (Teguh Faturrahman, SKM, MMPM)  
Penguji II :  (Sri Yunanci V.G, SST, MPH)  
Penguji III :  (Kameriah Gani, SKM, M.Kes)

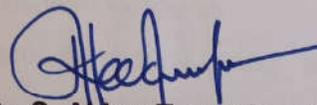
Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi



Sri Yunanci V.G, SST, MPH  
NIP. 196910061992032002

Ketua Program Studi D-IV Gizi



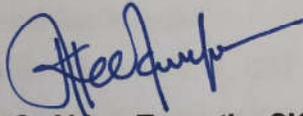
Dr. S. Akbar Toruntju, SKM, M.Kes  
NIP. 196412312000031006

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul "Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak Sd Negeri 01 Baruga Di Kota Kendari" telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di depan dewan penguji saat seminar hasil Skripsi.

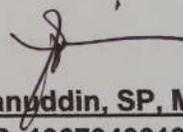
Kendari, Agustus 2018

**Pembimbing Utama**



**Dr. S. Akbar Toruntju, SKM, M.Kes**  
NIP. 196412312000031006

**Pembimbing Pendamping**



**Imanuddin, SP, M.Kes**  
NIP. 19670406198803 3 001

**Mengetahui,  
Ketua Jurusan Gizi**



**Sri Yunanci V.G. SST., MPH**  
NIP. 19691006 199203 2 002

**MORNING BREAK RELATIONSHIP WITH THE CONCENTRATION  
LEARNING THE CHILDREN OF SD NEGERI 01 BARUGA  
IN THE CITY OF KENDARI**

**Fitriani Sufrin supervised by S. Akbar Torunju and Imanuddin**

**ABSTRACT**

**Background:** Breakfast is a morning meal which is useful for supplying blood sugar levels starting at 6:00 a.m. to 10:00 p.m. The distance between dinner and morning is very long, which is approximately 10 hours, so the sugar level which is the energy source in the body decreases in the morning. Learning concentration is a concentration of mind or attention to learning, which is strongly influenced by blood sugar levels

**Objective:** This study aims to determine the relationship between breakfast and concentration of learning in elementary school children 01 Baruga in Kendari City class IV.

**Method:** This research is a descriptive analytic study with cross sectional approach. The sampling technique is Simple Random Sampling. The research subjects were 86 fourth grade students of SD Negeri 01 Baruga. Data about the habit of breakfast was concluded using questionnaires and data about the level of concentration of learning using Grid Concentration Exercise. Free variables include breakfast habits and as the dependent variable is concentration. Data were analyzed using Chi-Square test.

**Results:** The breakfast habits of the children of Baruga 01 Elementary School are 86%. The level of learning concentration is mostly 55.8% less category. While the relationship between breakfast habits and the level of learning concentration ( $p = 0.091$ ).

**Conclusion:** There is a significant relationship between the habit of breakfast with the concentration of children's learning.

**Keywords:** Breakfast, concentration learning.

**HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR ANAK  
SD NEGERI 01 BARUGA DI KOTA KENDARI**  
Fitriani Sufrin dengan bimbingan S. Akbar Torunju dan Imanuddin

**INTISARI**

**Latar belakang** : Sarapan pagi merupakan makanan yang diasup pada pagi hari yang bermanfaat mensuplai kadar gula darah yang dimulai dari pukul 06.00 sampai pukul 10.00 pagi. Jarak antara makan malam dengan pagi sangat panjang yaitu kurang lebih 10 jam, sehingga kadar gula yang merupakan sumber energi dalam tubuh menurun pada pagi hari. Konsentrasi belajar merupakan suatu pemusatan pikiran atau perhatian terhadap pelajaran, yang sangat dipengaruhi oleh kadar gula darah.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak SD Negeri 01 Baruga di Kota Kendari kelas IV.

**Metode** : Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel adalah *Simple Random Sampling*. Subjek penelitian 86 orang siswa siswi kelas IV SD Negeri 01 Baruga. Variable bebas meliputi kebiasaan sarapan pagi dan sebagai variable terikat adalah konsentrasi. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil : Persentase kebiasaan sarapan pagi anak SD Negeri 01 Baruga rata – rata 3-4x/minggu yaitu 74 orang (86%). Kategori konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga rata – rata kurang yaitu 48 orang (55,8%).sedangkan hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak ( $p < 0,05$ ). Anak yang sering sarapan pagi tidak selamanya konsentrasi dalam belajar dikarenakan beberapa faktor antara lain faktor sosial, faktor non sosial, dan faktor lainnya seperti faktor konsumsi makan lainnya, faktor pendapatan keluarga dan kebiasaan sarapan pagi

Kesimpulan : Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak.

Kata kunci : Sarapan pagi, konsentrasi belajar.

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Fitriani Sufrin  
NIM : P00313017.055  
Tanggal : 16 Agustus 2018

Yang Menyatakan,



*[Signature]*  
FITRIANI-SUFRIN

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena segala limpahan berkah dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 01 Baruga Di Kota Kendari”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis dihadapkan dengan berbagai hambatan, namun berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak maka hambatan tersebut dapat teratasi. Olehnya itu, dengan segala kerendahan hati penulis menghaturkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Askrening, SKM, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
2. Ibu Sri Yunanci V.G, SST, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
3. Bapak Dr. S. Akbar Toruntju, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma IV Gizi serta selaku pembimbing I yang penuh keikhlasan member bimbingan dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Imanuddin, SP, M.Kes selaku pembimbing II yang penuh keikhlasan memberi motivasi dan membimbing dalam proses penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Teguh Faturrahman, SKM, MMPM selaku penguji I yang telah memberikan saran dan kritikan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Sri Yunanci V.G, SST, MPH selaku penguji II yang telah memberikan saran dan kritikan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Kameriah Gani, SKM, M.Kes selaku penguji III yang telah memberikan saran dan kritikan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen Gizi yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
9. Kepala Sekolah serta Guru wali kelas IV yang telah memberikan izin penelitian dan membantu proses penelitian.
10. Teristimewa untuk Ayahanda Muh. Sufrin dan Ibunda Manisia Harsa terima kasih sudah bekerja keras untuk membiayai sekolah saya hingga saat ini.
11. Untuk bibi Dra. Wahyan Sulastri terimah kasih banyak atas dorongan yang selalu diberikan untuk menyelesaikan tugas akhir kuliah, terima kasih atas pengertiannya.
12. Untuk sahabat-sahabatku Kiki Ismawati, Nur Khairia, Sarinah, Sutarni, dan La Parman serta rekan-rekan mahasiswa D-IV Gizi alih jenjang Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis sangat mengharapkan setiap koreksi, kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Kendari, Agustus 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.2 Manfaat Penelitian.....	4
1.3.3 Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
I. Telaah Pustaka.....	6
2.1 Konsentrasi Belajar .....	6
2.1.1 Definisi Konsentrasi Belajar.....	6
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar	6
2.1.3 Ciri-ciri Konsentrasi Belajar .....	9

2.2 Sarapan Pagi .....	10
2.2.1 Definisi Sarapan Pagi.....	10
2.2.2 Manfaat Sarapan Pagi.....	11
2.2.3 Komposisi Sarapan Pagi.....	12
2.2.4 Akibat Tidak Sarapan Pagi.....	14
2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sarapan.....	15
2.4 Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar .....	15
II. Landasan Teori.....	17
III. Kerangka Konsep .....	18
IV. Hipotesis .....	18
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
3.1 Jenis dan Desai Penelitian .....	19
3.2 Populasi dan Sampel .....	19
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian .....	21
3.4 Variabel Penelitian .....	21
3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	22
3.6 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.7 Instrumen dan Bahan Penelitian .....	23
3.8 Prosedur Penelitian .....	24
3.9 Manajemen Data .....	24
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>26</b>
A. Hasil .....	26



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sarapan pagi dimulai dari pukul 06.00 sampai pukul 10.00 pagi. Jarak antara makan malam dengan pagi sangat panjang yaitu kurang lebih 10 jam, sehingga kadar gula yang merupakan sumber energi dalam tubuh menurun pada pagi hari. Oleh karena itu, meninggalkan sarapan pagi akan menyebabkan tubuh kekurangan glukosa dan tubuh menjadi lemah sehingga semua aktivitas tubuh anak disekolah seperti berfikir dan belajar dapat terganggu (Saragi L, dkk, 2015).

Sarapan pagi merupakan makanan yang diasup pada pagi hari bertugas mensuplai kadar gula darah. Anak yang tidak mau sarapan disebabkan karena sarapan yang disajikan selalu monoton sehingga anak merasa bosan. Adapun anak yang meninggalkan sarapan pagi akan mempengaruhi kinerja otak dimana sarapan memiliki manfaat dalam memberi energi untuk otak agar dapat membantu meningkatkan daya ingat, mengurangi resiko anemia dan konsentrasi saat belajar (Syahnur, 2012).

Adapun faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak terdiri atas dua faktor yakni faktor dalam seperti psikologi meliputi bakat, minat, motivasi, ingatan kebiasaan dan status gizi meliputi pola konsumsi makan keluarga, persediaan pangan keluarga, sarapan pagi, pendapatan keluarga

dan zat gizi dalam keluarga, faktor luar seperti non sosial yang meliputi lingkungan, latihan, metode belajar, sarana dan prasarana serta bahasa, budaya dan sosial yang meliputi guru dan orang tua, (Anam, 2012).

Konsentrasi belajar merupakan suatu pemusatan pikiran atau perhatian terhadap pelajaran. Konsentrasi memiliki peranan penting bagi seorang anak dalam mengingat, merekam dan mengembangkan materi pelajaran di sekolah. Untuk melakukan kemampuan peranan tersebut anak sudah dapat berfikir secara logis serta membuat keputusan tentang apa yang akan dihubungkan secara logis, masa-masa tersebut terjadi pada usia umur 11-13 tahun (Suwardhani, 2013).

Di Indonesia 18,05% anak tidak sarapan pagi. Menurut Rikesdas, 2010 bahwa mutu sarapan penduduk Indonesia masih rendah karena masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan sehat. Penduduk yang mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal lebih rendah dari 70% Angka Kecukupan Gizi (AKG) bagi orang Indonesia tahun (2004) adalah sebanyak 40,6%. Proporsi defisit energi terbanyak pada anak usia sekolah (41,2%), remaja (54,5%) dan ibu hamil (44,2%). Pada anak usia sekolah konsumsi energi <70% yaitu 50,6% usia 7-12 tahun dan 39,3% usia 13-15 tahun sedangkan konsumsi protein 31,6% usia 7-12 tahun dan 23,5% usia 13-15 tahun. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anam, 2012 bahwa anak yang tidak biasa sarapan pagi mudah lelah dan tidak kuat

melakukan aktifitas, tidak mampu berpikir dan tidak berpartisipasi penuh dalam belajar.

Dari hasil observasi jumlah siswa SD Negeri 01 Baruga sebanyak 850 anak dimana anak kelas IV berjumlah 154 anak yang terdiri dari kelas IV-A, IV-B, IV-C dan IV-D. Wawancara yang dilakukan dengan salah seorang guru di SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari mengatakan bahwa anak-anak dalam proses belajar banyak tingkah yang dilakukan yakni jalan-jalan dalam kelas saat proses belajar berlangsung, balik kanan kiri dan mengganggu teman-teman dalam kelasnya saat belajar disebabkan karena anak jenuh, gelisah karena rasa lapar dan berisiknya jalan serta lingkungan sekolah tersebut. Salah seorang siswa anak SD Negeri 01 Baruga mengatakan anak tersebut jika dalam proses belajar berlangsung suka keluar jajan dan ada anak yang beberapa sarapan sebelum ke sekolah yakni roti.

Uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 01 Baruga di Kota Kendari.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, pertanyaan yang ingin di jawab dalam penelitian ini apakah ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga di Kota Kendari ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Umum**

Untuk mengetahui hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga di Kota Kendari

### **2. Khusus**

- a. Untuk mengetahui kebiasaan sarapan pagi anak SDN 1 Baruga di Kota Kendari
- b. Untuk mengetahui konsentrasi belajar anak SDN 1 Baruga di Kota Kendari
- c. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SDN 1 Baruga di Kota Kendari

## **D. Mafaat Penelitian**

### **a. Bagi Masyarakat**

Diharapkan, pada masyarakat untuk menyiapkan sarapan pagi pada anak-anak

### **b. Bagi Peneliti**

Diharapkan pada penelitian ini dapat memberikan informasi serta bahan masukan bagi studi selanjutnya untuk penelitian yang lebih luas.

### E. Keaslian Penelitian

No	Subyek	Metode	Persamaan	Perbedaan
1	Anam (2012)	Cross sectional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak</li> <li>• Teknik pengambilan sampel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode yang digunakan yaitu cross sectional</li> <li>• Tempat penelitian</li> <li>• Usia subyek penelitian</li> </ul>
2	Sugesti (2017)	Cross sectional	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gambaran faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia sekolah SMP Negeri 45 Bandung tahun 2017</li> <li>• Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling</li> <li>• Usia subyek penelitian</li> </ul>

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

##### **1. Konsentrasi Belajar**

###### **a. Definisi konsentrasi belajar**

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian yang erat kaitannya dengan memori (ingatan). Konsentrasi memegang peranan penting bagi seorang anak untuk mengingat, merekam, melanjutkan, dan mengembangkan materi pelajaran yang diperoleh di sekolah (Santrock, 2008 dalam Suwardhani, 2013).

Konsentrasi merupakan pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengenyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Dimana dalam belajar konsentrasi berarti pemusatan pikiran terhadap mata pelajaran dengan mengenyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran Nuramaliana (2016).

###### **b. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar**

Menurut Nuramaliana (2016) konsentrasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti di bawah ini :

## 1) Lingkungan

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 :

### a) 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.

### b) Pencahayaan

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

### c) Temperature

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.

### 2) 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) Psikologi

Faktor psikologi juga dapat mempengaruhi bagaimana sikap dan perilaku siswa dalam berkonsentrasi, 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.

### c. Ciri-ciri konsentrasi belajar

Menjelaskan klasifikasi perilaku belajar yang dapat digunakan untuk mengetahui ciri-ciri siswa yang dapat berkonsentrasi adalah sebagai berikut:

#### 1) Perilaku kognitif

Yaitu perilaku yang menyangkut masalah pengetahuan, informasi, dan masalah kecakapan intelektual. Pada 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

Yaitu perilaku yang berupa sikap dan apersepsi. Pada perilaku 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

Pada perilaku ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari adanya :

- a) 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 ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat berbahasa dengan baik dan benar.

## 2. Sarapan Pagi

### a. Definisi sarapan pagi

Sarapan pagi adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktifitas fisik pada pagi hari. Sarapan pagi berupa makanan atau minuman yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian (15-30%) kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas.

Menurut (Almatsier 2009 dalam Ristiyati 2014) sarapan pagi yang mengacu pada gizi seimbang dengan pemberian makanan memenuhi zat-zat sebagai berikut : sumber zat energi/tenaga seperti padi-padian, tepung-tepungan, umbi-umbian, sagu, dan pisang. Sumber zat pengatur seperti sayuran dan buah-buahan. Sumber zat pembangun seperti

ikan, ayam, telur, daging, susu, kacang-kacangan dan hasil olahannya (tempe, tahu, oncom).

b. Manfaat sarapan pagi

Sarapan pagi bermanfaat mendukung konsentrasi belajar dan memberikan kontribusi penting beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh dalam proses fisiologis. Sarapan pagi dapat mempertahankan daya tahan saat bekerja, meningkatkan produktivitas kerja, untuk memelihara kebugaran jasmani atau ketahanan fisik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran. Berikut ini adalah beberapa manfaat sarapan :

1) Memberi energi untuk otak

Sarapan pagi yang baik akan meningkatkan kadar gula darah , dengan kadar gula darah yang terjamin optimal, maka gairah dan konsentrasi kerja bisa lebih baik sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktifitas.

2) Meningkatkan asupan vitamin

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 fisiologis dalam tubuh.

### 3) Meningkatkan daya ingat

Tidur semalaman membuat otak kelaparan, jika tidak mendapatkan glukosa yang cukup pada saat sarapan, maka fungsi otak atau memori dapat terganggu. Dalam penelitian Bagwel (2008) dalam Iqbal 2015 pada dua kelompok populasi dengan kebiasaan sarapan yang rutin pada satu kelompok dan kebiasaan sarapan yang tidak rutin pada kelompok lainnya, menggunakan Tes Daya Ingat yaitu dengan cara memberikan 8 (delapan) kata-kata yang sering ditemui oleh kedua kelompok tersebut untuk dihafal selama lima menit, kemudian menuliskannya kembali dalam waktu satu menit. Hasil dari tes tersebut didapatkan nilai rata-rata yang lebih tinggi pada kelompok dengan kebiasaan sarapan rutin dibandingkan dengan kelompok yang kebiasaannya tidak rutin.

### 4) Meningkatkan daya tahan terhadap stress

Dari sebuah survei, anak-anak dan remaja yang sarapan memiliki performa lebih, mampu mencurahkan perhatian pada pelajaran, berperilaku positif, ceria, kooperatif, gampang berteman dan dapat menyelesaikan masalah dengan baik. Sedangkan anak yang tidak sarapan, tidak dapat berpikir dengan baik dan selalu kelihatan malas.

c. Komposisi sarapan pagi

Menurut *World Health Organization* (WHO) proporsi pemenuhan zat-zat gizi dalam sehari berasal dari sarapan memberikan 14%, makan siang memberikan 44%, makan selingan memberikan 14% (masing-masing 7% untuk selingan pagi dan sore) dan makan malam memberikan 28%. Jika tidak ada makanan selingan di pagi hari, proporsi sarapan adalah 20% dari kebutuhan zat gizi dalam sehari.

Larega (2015) untuk menu sarapan yang seimbang hendaknya tersusun dari jenis pangan seperti berikut :

a. Susu dan produk olahan susu

Susu, keju dan yoghurt merupakan sumber protein hewani, kalsium, vitamin A, vitamin B2 dan vitamin D. Meski susu bergizi, namun masih ada kekurangan asam amino esensial khususnya metionin. Satu liter susu mengandung protein setara dengan 4 butir telur. Protein sangat penting untuk membangun tubuh serta perbaruan jaringan dan otot.

b. Telur

Dilihat dari kualitas gizi proteinnya telur merupakan pangan standar. Satu butir telur setara gizi proteinnya dengan semangkok susu. Protein telur unggul dalam penyediaan asam amino esensial treonin dan methionin namun kandungan isoleusin, leusin, tryosin dan ionin lebih sedikit.

c. Nasi, roti dan produk sereal

Nasi, roti dan produk sereal merupakan sumber karbohidrat kompleks, vitamin kelompok B dan mineral. Pagi hari sebaiknya sarapan yang rendah lemak, khususnya bagi yang mempunyai masalah kadar kolesterol. Produk sereal dikenal sebagai sumber energy karena kandungan gulanya. Bila dikonsumsi saat makan, gulanya akan membebaskan energy sepanjang pagi dan akan menghindari menurunnya tekanan (ketegangan otot). Selain sebagai sumber energy, sereal juga kaya akan protein untuk melengkapi protein susu khususnya metionin yang cukup tinggi.

d. Akibat tidak sarapan pagi

Ada banyak akibat yang terjadi jika seseorang tidak sarapan pagi yaitu badan terasa lemah karena kekurangan zat gizi yang diperlukan untuk tenaga, tidak dapat melakukan kegiatan atau pekerjaan pagi hari dengan baik, kebugaran jasmani atau ketahanan fisik yang rendah, bagi anak sekolah yang tidak sarapan pagi tidak dapat berpikir dengan baik dan malas, orang dewasa hasil kerjanya menurun. Bila anak usia sekolah tidak terbiasa sarapan pagi secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan berat badan dan daya tahan tubuh, kurang gizi dan anemia gizi besi (Annas, 2011).

Pada anak yang tidak sarapan, menipisnya ketersediaan glikogen otot tidak tergantikan. Untuk menjaga agar kadar gula darah tetap

normal, tubuh memecah simpanan glikogen dalam hati menjadi gula darah. Jika bantuan pasokan gula darah ini habis juga, tubuh akan kesulitan memasok jatah gula darah ke otak. Akibatnya anak bisa menjadi gelisah, bingung, pusing, mual, berkeringat dingin, kejang perut bahkan bisa sampai pingsan. Ini merupakan gejala hipoglikemia atau merosotnya kadar gula darah (Tumiwa, 2016).

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi sarapan anak

Di Indonesia, menurut Irdiana, 2015 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), tidak cukup waktu (waktu terbatas) 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. Bagi orang tua, khususnya ibu, masalah utama untuk membiasakan sarapan pada anak adalah sulitnya membangunkan anak dari tidurnya untuk sarapan (59%), sulit mengajak anak untuk sarapan (19%), sulit meminta anak menghabiskan sarapan (10%), dan khawatir anak telat sekolah (6%) (Sugesti, 2017).

3. Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar

Dalam peningkatan konsentrasi belajar dapat dicapai dengan berbagai cara yaitu makan pagi atau sarapan. Dimana sarapan pagi

mempunyai peranan penting bagi anak usia sekolah dasar yaitu untuk memenuhi gizi di pagi hari. Apabila anak-anak terbiasa sarapan pagi, maka akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak, terutama daya ingat anak.

Dampak negatif meninggalkan makan pagi adalah ketidakseimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah dan akan menyebabkan anak beresiko kurang gizi. Seperti yang dikemukakan oleh Anas, 2012 bahwa di pagi hari aktifitas anak sangat banyak sehingga memerlukan energi untuk belajar dan berinteraksi serta akan lebih percaya diri.

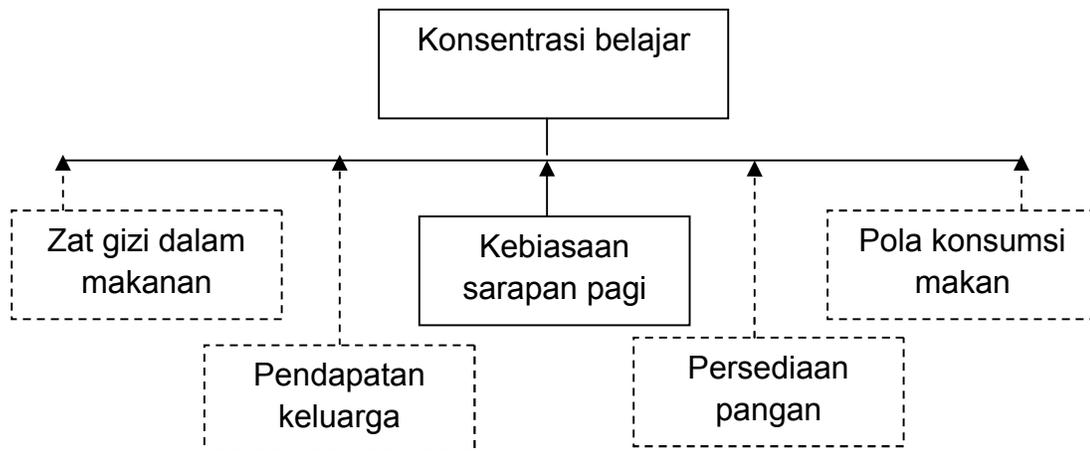
Anak dengan kebiasaan sarapan sebelum kesekolah akan mempengaruhi konsentrasinya. Anak dengan kategori sarapan baik maka konsentrasinya pula akan baik begitu pula anak yang sarapannya baik namun konsentrasinya cukup atau kurang dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi tersebut.

## **B. LANDASAN TEORI**

Konsentrasi merupakan suatu perilaku dan fokus perhatian siswa dalam pelaksanaan pembelajaran serta memahami setiap materi pelajaran yang telah diberikan. Konsentrasi membutuhkan energi yang cukup untuk otak dan energi didapatkan saat sarapan, karena asupan tersebut akan meningkatkan kadar gula darah sebagai sumber energi otak dan sel darah. Makanan yang dikonsumsi mengandung zat gizi baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak secara normal. Pemberian zat gizi tersebut tidak hanya diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak tetapi juga dapat berpengaruh pada fisik dan psikologis anak. (Anas, 2012).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi konsentrasi adalah faktor sosial yang meliputi guru, orang tua dan teman. Faktor non sosial yang meliputi lingkungan, latihan, metode belajar, sarana dan prasarana serta bahasa dan budaya. Faktor psikologi meliputi bakat, minat, motivasi dan ingatan. Faktor yang lain adalah kebiasaan sarapan pagi, pola konsumsi makan keluarga, persediaan pangan keluarga, pendapatan keluarga dan zat gizi dalam keluarga (Sugesti, 2017).

### C. KERANGKA KONSEP



**Gambar 2. Kerangka konsep**

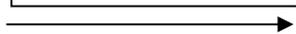
Keterangan :



: Variabel yang tidak diteliti



: Variabel yang diteliti



: Hubungan yang diteliti



: Hubungan yang tidak diteliti

### D. HIPOTESIS

Ha : Ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SD

Negeri 01 Baruga di Kota Kendari

Ho : Tidak ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SD

Negeri 01 Baruga Kota Kendari

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi pada penelitian ini adalah semua anak yang tercatat sebagai siswa di Sekolah Dasar Negeri 01 Baruga Kota Kendari yaitu sebanyak 850 anak

##### **2. Sampel**

###### 1) Jenis/subyek sampel

Sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV (empat). Pertimbangan dalam memilih kelas IV menjadi sampel karena kelompok anak berumur 11 tahun yang sudah bisa menjawab pertanyaan yang diajukan dan dapat berfikir dengan cepat sehingga diharapkan bisa bekerja sama dalam memperoleh data yang dibutuhkan peneliti (Tamsuri, 2012).

###### 2) Teknik sampling dan kriteria sampel

Teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *simple random sampling*.

Kriteria sampel :

Kriteria sampel adalah siswa SD Negeri 01 Baruga berstatus aktif, siswa bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian dan siswa bersedia menjadi sampel.

#### 1) Besar Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang diharapkan mampu mewakili populasi dalam penelitian. Pada penelitian ini siswa kelas IV berjumlah 154 anak. Perhitungan besar sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Lameslow (1997).

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot P(1 - P)}{d^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot P(1 - P)}$$

Keterangan :

n = Besar sampel

N = Besar populasi

Z = nilai standar deviasi normal (1,96)

P = Proporsi yang digunakan dalam perhitungan sebesar 50% atau 0,5

d<sup>2</sup> = tingkat kepercayaan yang diinginkan (10%)

$$n = \frac{850(1,96)^2 \cdot 0,5(1 - 0,5)}{(0,1)^2 \cdot (850 - 1) + (1,96)^2 \cdot 0,5(1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{239(3,8416) \cdot 0,25}{(0,01) \cdot (849) + (3,8416) \cdot 0,25}$$

$$n = \frac{816,34}{8,49 + 0,9604}$$

$$n = \frac{816,34}{9,4504}$$

$$n = 86$$

Jadi, besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini sebanyak 86 orang.

Cara penarikan sampel dilakukan dengan cara :

$$\text{Kelas IV-A} = \frac{38 \times 86}{154} = 21 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas IV-B} = \frac{38 \times 86}{154} = 21 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas IV-C} = \frac{39 \times 86}{154} = 22 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas IV-D} = \frac{39 \times 86}{154} = 22 \text{ orang}$$

### **C. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 06 s/d 08 Agustus 2018 di SD Negeri 01 Baruga Kecamatan Baruga Kota Kendari.

### **D. Variable Penelitian**

#### 1. Variabel dependen (terikat)

Variabel terikat pada penelitian ini adalah konsentrasi belajar pada anak sekolah.

#### 2. Variabel independen (bebas)

Variabel bebas pada penelitian ini adalah kebiasaan sarapan pagi.

### **E. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Konsentrasi belajar merupakan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatiannya saat kegiatan belajar dilakukan, siswa yang berkonsentrasi dalam belajar mampu memahami materi yang didapatkan saat belajar. Ciri-ciri konsentrasi belajar yakni siswa saat proses pembelajaran berlangsung fokus pada pelajaran tersebut, memperhatikan dan menghormati orang lain ketika berbicara, mengikuti arahan dari guru, mengerjakan tugas-tugas sekolah, tidak mudah terusik oleh kegaduhan serta tidak pelupa.

**Kriteria objektif :**

Baik > 50%

Kurang < 50% (Setiani, 2014)

2. Kebiasaan sarapan pagi adalah kegiatan mengonsumsi makanan (makanan pokok maupun snack) dipagi hari sebelum beraktifitas.

**Kriteria objektif :**

Ya : seberapa seringnya 3-4 kali/minggu

Tidak : jika sarapan paginya 1-2 kali/minggu (Herawati, 2014)

### **F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

1. Data primer

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini adalah melalui wawancara sesuai dengan isi kuesioner yang telah disiapkan oleh peneliti.

Dimana untuk pertanyaan kebiasaan sarapan pagi akan diajukan kepada anak .

- a) Konsentrasi belajar di ukur menggunakan kuesioner dan diberi skor
- b) Sarapan pagi dalam penelitian ini di ukur menggunakan kuesioner dan untuk memudahkan dalam pengolahan data, kuesioner dapat di beri skor.

## 2. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dengan cara observasi langsung. Data tersebut meliputi gambaran umum sekolah, jumlah guru, jumlah murid yang diperoleh dari sekolah tersebut.

## **G. Instrument dan Bahan Penelitian**

### 1. Instrument

Instrument dalam penelitian ini adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data seperti kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Pada penelitian ini untuk alat ukur konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Exercise* (Puspaningrum, 2013 dalam Sugesti, 2017)

### 2. Bahan penelitian

Adapun bahan yang digunakan adalah alat tulis yakni pulpen dan stopwatch (menggunakan Hp).

## **H. Prosedur Penelitian**

### **1. Tahap persiapan**

Tahap persiapan dilakukan dari pembuatan proposal. Dalam pembuatan proposal hal-hal yang dilakukan adalah mengumpulkan data awal, mencari sumber pustaka berasal dari jurnal-jurnal, pembuatan kuesioner.

### **2. Tahap pelaksanaan**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2018 di SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari dengan mekanisme penelitian sebagai berikut :

- a. Membagikan kuesioner kepada anak yang telah dijadikan sebagai subyek penelitian.
- b. Memberikan arahan kepada anak-anak tersebut tentang pengisian kuesioner dengan waktu yang digunakan selama satu menit.
- c. Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan editing, coding dan entry kemudian dilakukan analisis data dengan komputerisasi.

## **I. Manajemen Data**

### **a. Pengolahan data**

Setelah data yang diperlukan dalam penelitian ini terkumpul melalui alat ukur kuesioner, maka dilakukan pengolahan data beberapa tahap :

1. Editing dilakukan untuk pengecekan data yang diperoleh apakah masih terdapat kesalahan dalam penelitian

2. Coding dilakukan untuk mempermudah peneliti saat melakukan analisis data
3. Scoring adalah pemberian skor pada lembar kuesioner dalam bentuk angka – angka
4. Tabulating yang dilakukan tabulasi silang atau cross tabulation yaitu dengan menggabungkan hasil pengukuran tingkat kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar pada anak sekolah dasar

#### b. Analisis Data

##### 1. Analisis Univariat

Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat untuk menginformasikan suatu variabel dalam kondisi tertentu tanpa dikaitkan dengan variabel lain yang dinyatakan dengan sebaran frekuensi. Dalam hal ini hubungan sarapan pagi dan konsentrasi belajar anak yang akan disajikan dalam bentuk tabel deskriptif dan dinarasikan.

##### 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari variabel yang diteliti. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel dependen dengan variabel independen. Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah tabel silang antara dua variabel yakni tabel 2x2

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

###### **a. Letak Geografis**

SD Negeri 01 Baruga terletak di Kelurahan Lepo-Lepo, Kecamatan Baruga. 6 km dari Ibu Kota Kendari arah selatan, dan 8 km dari Ibu Kota Propinsi Sulawesi Tenggara arah selatan dan cukup aman dan terkendali dengan batas-batas sebagai berikut :

Sebelah Utara : Pemukiman Masyarakat

Sebelah Timur : Pemukiman Masyarakat

Sebelah Barat : Jln. Poros menuju kebandara Wolter Monginsidi atau  
Bandara Haluoleo

Sebelah Selatan : Pemukiman Masyarakat

###### **b. Visi Misi SD Negeri 01 Baruga**

###### **a) Visi SD Negeri 01 BARUGA**

“Terwujudnya siswa yang mempunyai daya saing yang tinggi dibidang IPTEK serta berbudaya lingkungan berlandaskan IMTAQ yang dijiwai nilai budaya dan karakter bangsa.”

## **b) Misi SD Negeri 01 BARUGA**

1. Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa serta berakhlak mulia.
2. Menciptakan lingkungan yang Aman, Sejuk, Rindang dan Indah (ASRI).
3. Menumbuhkan semangat berprestasi pada semua warga sekolah untuk mengelolah, mencegah, dan memanfaatkan serta mencintai lingkungan
4. Terwujudnya sekolah Adiwiyata
5. Mengembangkan proses pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan (PAIKEM).
6. Menanamkan kedisiplinan, saling menghargai, jujur, kreatif dan mandiri terhadap seluruh warga sekolah.
7. Menciptakan kerjasama yang baik antar warga sekolah dan warga sekolah dengan masyarakat.
8. Menanamkan sikap kepedulian sosial, cinta tanah air, dan semangat kebangsaan.
9. Memberdayakan seluruh potensi sekolah termasuk warga masyarakat dalam mendukung program pendidikan

## **c. Tujuan Pendidikan di SD Negeri 01 Baruga**

1. Membiasakan warga sekolah melaksanakan aktivitas keagamaan sesuai dengan agama dan keyakinannya masing-masing.

2. Membiasakan warga sekolah menjaga dan memelihara lingkungan sekolah dan sekitarnya.
3. Menciptakan sekolah berbudaya lingkungan sebagai sumber belajar dan kearifan.
4. Meningkatkan daya seraf siswa dan strategi belajar mengajar melalui proses pembelajaran yang bernuansa PAIKEM (Pembelajaran Aktif, Inovasi, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan).
5. Mengembangkan penerapan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni, terutama bidang sains dan matematika.
6. Meningkatkan mekanisme tata kerja sekolah.
7. Meningkatkan prestasi siswa melalui lomba olah raga, seni dan budaya, dan Pramuka.
8. Menyelenggarakan berbagai kegiatan sosial yang menjadi bagian dari pendidikan budaya daerah dan karakter bangsa.

## **2. Hasil Penelitian**

### **a. Analisis Univariat**

1. Kebiasaan sarapan pagi

Kebiasaan sarapan pagi anak SD Negeri 01 Baruga dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 1.**

**Kebiasaan sarapan pagi anak di SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari**

<b>Frekuensi sarapan pagi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
1 - 2 kali/minggu	12	14
3 - 4 kali/minggu	74	86
Jumlah	86	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui kebiasaan sarapan pagi sebagian besar 86% kategori 3-4x/minggu, selebihnya 14% dengan kategori 1-2x/minggu. Dari 86% sebagian anak melakukan sarapan pagi sebelum berangkat kesekolah pada pukul 06.00 WITA, sarapan pagi biasa dilakukan dirumah bersama keluarga seperti makanan pokok, sayur dan lauk. Ada anak yang sarapan dengan air minum, teh, susu atau sarapan dengan kue-kue dan ada pula anak yang sarapan saat jam istirahat berlangsung.

**2. Tingkat konsentrasi belajar**

Tingkat konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 2.**  
**Tingkat konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga Kota**  
**Kendari**

<b>Kategori</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Baik	38	44,2
Kurang	48	55,8
Jumlah	86	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui tingkat konsentrasi belajar anak sebagian besar 55,8% kategori kurang, selebihnya memiliki konsentrasi belajar yang baik. Dari 55,8% sebagian anak saat proses belajar mengajar berlangsung anak mundar mandir ke kantin, halaman kelas hingga lapangan sekolah dimana anak tersebut gelisah ketikan teman kelasnya yang lain telah istirahat atau guru kelas sudah tidak mengajar lagi sehingga apa yang dijelaskan oleh guru didepan kelas tidak di dengarkan dengan baik.

#### **b. Analisis Bivariat**

##### **1. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar**

Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 3.**

**Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar**

Sarapan pagi	Konsentrasi				N	%	P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%			
1 - 2x/minggu	8	9,3	4	4,6	12	13,9	0,091
3 - 4x/minggu	30	35	44	51,1	74	86,1	
Jumlah	38	44,3	48	55,7	86	100	

Tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar kebiasaan sarapan pagi adalah 51,1% kategori kurang konsentrasi. Hasil uji statistik didapat nilai  $p=0,091$  maka dapat disimpulkan adanya hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar. Persentase yang dihasilkan membuktikan hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar namun sebagian anak yang melakukan kebiasaan sarapan pagi memiliki konsentrasi belajar yang kurang, begitu pula dengan anak yang tidak biasa sarapan pagi tetapi memiliki konsentrasi yang baik.

## **B. Pembahasan**

### **a. Kebiasaan sarapan pagi**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa siswi kelas IV SD Negeri 01 Baruga mempunyai kebiasaan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah yakni 86%, sarapan pagi biasa dilakukan di rumah bersama anggota keluarga lainnya. Namun, ada sebagian besar anak yang tidak sarapan hanya dengan membawa bekal. Ada pula anak yang sekedar sarapan hanya dengan segelas air putih, teh, susu, atau kue-kue (snack). Anak yang tidak melakukan sarapan dikarenakan takut terlambat, orang tua yang sibuk dan buru – buru.

Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Sugesti (2017) yang menyebabkan anak tidak sarapan pagi adalah sulitnya membangunkan anak dari tidurnya untuk sarapan (59%), sulit mengajak anak untuk sarapan (19%), sulit meminta anak menghabiskan sarapan (10%), dan khawatir anak telat sekolah (6%).

Penelitian Khomsan (2010) dalam Verdiana (2017) menyatakan bahwa mayoritas responden yang melakukan sekedar sarapan terbiasa mengonsumsi teh atau susu saja, kemudian seringkali mengonsumsi makanan instan tanpa diimbangi berbagai jenis sayuran. Beberapa alasan yang menyebabkan responden hanya melakukan sekedar sarapan yakni kesukaan terhadap makanan tertentu, orang tua yang bekerja serta ketidak

sukaan responden terhadap sayuran. Para orang tua yang tidak punya cukup waktu untuk membuat sarapan karena tetap harus berangkat kerja lebih awal sehingga menjadi salah satu alasan seorang anak melewatkan sarapan.

Tinggi rendahnya seseorang mengonsumsi sayur - sayuran maupun buah-buahan dilatar belakangi oleh kemampuan ekonomi keluarga, ketersediaan pangan, dan berbagai pengetahuan seputar manfaat sayur-sayuran dan buah-buahan. Sayur - sayuran dan buah-buahan memiliki komponen kimia yang terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin, mineral, sedikit lipid serta air (Pardede, 2013).

Sarapan pagi sangat penting dan bermanfaat bagi anak usia sekolah. Dimana jarak antara waktu makan berkisar 8 jam, sehingga pada pagi hari perut kosong. Hardinsyah & Aries (2012) menegaskan bahwa individu yang seringkali tidak sarapan cenderung menunjukkan fisik yang lemas, kurang fit, terkadang terlihat mengantuk bahkan dapat juga mengalami pusing. Sarapan penting dilakukan setiap hari untuk mengembalikan kadar gula dalam darah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Frankling dalam Suwardhani, 2013) tentang asupan makanan bahwa kandungan glukosa berperan dalam meningkatkan kinerja otak. Ketidak cukupan glukosa di otak member efek terhadap daya piker dan daya ingat.

Kadar glukosa yang terus-menerus mengalami penurunan karena tidak diimbangi sarapan akan berdampak negatif bagi tubuh, yakni menimbulkan gangguan fungsi otak karena otak tidak mendapatkan zat gizi

setelah bangun pagi. Seseorang yang sering melewatkan sarapan akan berisiko jajan 1,5 kali lebih besar dibandingkan dengan seseorang yang telah terbiasa sarapan (Mariza & Kusumastuti, 2012).

Sarapan yang terlalu berlebihan juga tidak baik bagi kesehatan tubuh individu. Selain sarapan di rumah, responden seringkali membeli berbagai jajanan yang dijual di pinggir jalan. Jajan yang dikonsumsi terlalu sering dan sudah menjadi kebiasaan memiliki dampak yang buruk antara lain penurunan nafsu makan, kurang gizi dikarenakan kandungan gizi pada jajan yang belum tentu terjamin serta dapat menyebabkan obesitas (Irianto, 2009 dalam Verdiana, 2017).

#### **b. Tingkat konsentrasi belajar**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 55,8% kategori konsentrasi kurang. Sebagian besar anak saat proses belajar mengajar berlangsung anak gelisah ke kantin, halaman kelas hingga lapangan sekolah dimana anak tersebut merasa terganggu karena kebisingan ketika teman kelasnya telah istirahat sehingga perhatian mereka teralihkan.

Konsentrasi adalah memfokuskan pikiran kepada satu hal yang di hadapan kita. Konsentrasi akan menjadi tidak berarti apa bila ada gangguan. Faktor – faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar adalah faktor social yang meliputi guru, orang tua dan teman. Faktor non sosial yang meliputi lingkungan, metode belajar, sarana dan prasarana. Faktor psikologi meliputi bakat, minat, ingatan dan motivasi. Dan faktor terakhir yaitu kebiasaan

sarapan pagi, pola konsumsi makanan keluarga, persediaan pangan keluarga dan pendapatan keluarga (Tamsuri, 2010).

Sehingga konsentrasi tidak bisa disebabkan hanya satu faktor yakni kebiasaan sarapan pagi namun ada beberapa faktor lainnya seperti yang telah dijelaskan diatas. Seorang pelajar yang mempunyai kemampuan bagus dalam konsentrasi akan lebih mudah menyerap materi yang diterimanya.

Menurut Slameto (2010), konsentrasi belajar ialah pemusatan siswa terhadap suatu bahan ajar dengan tidak menghiraukan hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Sebagian besar siswa memiliki tingkat konsentrasi belajar yang baik, namun masih terdapat pula beberapa siswa yang memiliki konsentrasi kurang. Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi salah satunya usia.

Selain usia, faktor fisik yang pada saat tes konsentrasi tersebut dilakukan juga sangat berpengaruh, misalnya kondisi kelelahan dan keadaan sakit yang dialami subyek akan mempengaruhi kemampuan sistem saraf. Dan selain faktor usia dan kondisi fisik, faktor pengalaman dan pengetahuan juga berpengaruh terhadap konsentrasi, karena individu akan memusatkan perhatian pada objek yang belum bisa dikenali polanya sehingga pengalaman pengetahuan individu dapat memudahkan konsentrasi. Tingkat konsentrasi belajar siswa dipengaruhi oleh kebisingan lingkungan sekolah. Kebisingan dengan intensitas tinggi yang diterima dalam jangka waktu yang lama dapat menjadi salah satu penyebab gangguan pendengaran.

Kebisingan menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suara apapun yang tidak diperlukan dan memiliki efek buruk pada kualitas kehidupan, kesehatan dan kesejahteraan manusia. Bising menjadi salah satu masalah kesehatan lingkungan di kota-kota besar. Berdasarkan laporan WHO tahun 1988 menyatakan bahwa 8% - 12% penduduk dunia telah menderita dampak kebisingan (Yusuf, 2015).

Wiyani & Ardy (2013) menegaskan bahwa ruangan kelas juga dapat mempengaruhi konsentrasi belajar siswa. Keadaan kelas yang terlalu dingin ataupun panas serta ventilasi yang kurang mampu menurunkan konsentrasi siswa di kelas dalam belajar. Kondisi udara harus nyaman serta bebas dari berbagai macam polusi. Keadaan penerangan tidak terlalu gelap ataupun terang karena hal tersebut dapat mengganggu penglihatan siswa.

Penelitian dari Irmawati (2012) menyatakan bahwa penangkapan rangsangan belajar dapat menggunakan satu atau lebih dari kelima indera yang kita miliki. Penelitian yang ada menunjukkan bahwa indera pendengaran berperan sebanyak 13% dalam proses penangkapan informasi. Metode belajar audiovisual mampu meningkatkan sekitar 40 % dalam penyerapan pengalaman belajar.

### **c. Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar kurang sebesar 51,1%. Sedangkan hasil uji statistik didapatkan 0,091. Dari hasil penelitian tersebut anak yang

sering sarapan pagi tetapi konsentrasi belajarnya kurang begitu pula anak yang jarang sarapan atau sekedar sarapan memiliki konsentrasi belajar yang baik.

Seperti yang dikemukakan oleh (Rifameuti dalam Tamsuri, 2010), dipagi hari kegiatan anak memerlukan energy untuk belajar sehingga memerlukan energy untuk belajar dan berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan sarapan anak menjadi lebih bersemangat dan aktif dalam belajar.

Hal ini disebabkan karena faktor sosial yang meliputi guru, orang tua dan teman sebayanya. Bias pula disebabkan karena faktor non sosial yaitu metode belajar yang membuat anak jenuh baik dirumah maupun disekolah. Dan faktor lain seperti pendapatan keluarga yang dimana untuk anak sendiri malas belajar karena uang jajan yang di berikan kurang dan pendapatan keluarga yang cukup.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **a. Kesimpulan**

1. Kebiasaan sarapan pagi anak SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari baik yakni 86% diantaranya selalu sarapan dengan menu lengkap namun ada beberapa siswa yang sarapan dengan minuman ataupun kue-kue
2. Konsentrasi belajar anak SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari kurang yakni 55,8%.
3. Ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar.

#### **b. Saran**

Bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian yang lebih membuktikan bahwa sarapan pagi sangat berpengaruh pada konsentrasi belajar anak dengan variable yang terkait.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annas. 2011. Hubungan kesegaran jasmani, hemoglobin (Hb), status gizi dan makan pagi terhadap prestasi belajar. *Jurnal ilmu keolahragaan Indonesia*. Vol. 1. Edisi 2.
- Anam. 2012. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak. No 5.
- Departemen Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2010.
- Hardinsyah, & Aries, M. (2012). Jenis pangan sarapan dan perannya dalam asupan gizi harian anak usia 6-12 tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 7(2), 89-96.
- Iqbal. 2015. Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar anak sekolah dasar. Fakultas Kedokteran. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tesis
- Irdiana, W, dkk. 2017. Hubungan kebiasaan sarapan dan asupan zat gizi dengan status gizi siswi SMAN 3 surabaya. Diakses tgl 08 Februari 2018.
- rmawati D. Hubungan gangguan pendengaran dengan prestasi belajar siswa. Dipunogoro University Repository. 2010. hlm 9.
- Larega. 2015. Effect of breakfast on the level of concentarion in adolescents. Vol. 4. No. 2.
- Mariza, Y.Y & Kusumastuti, A.C. (2012). Hubungan antara kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Pedurungan. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 207-213. Diakses dari <http://download.portalgaruda.org/article> .
- Nuramaliana. 2016. Konsentrasi belajar dan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMPN 1 ciawigebang tahun ajaran 2016/2017. Fakultas ilmu pendidikan. Universitas negeri Yogyakarta. Skripsi
- Panduan penulisan skripsi. 2017. Kementrian kesehatan republik Indonesia. Politeknik kesehatan kendari. Program studi diploma IV.

- Pardede, E. (2013). Tinjauan komposisi kimia buah dan sayur: Peranan sebagai nutrisi dan kaitannya dengan teknologi pengawetan dan pengolahan. *Journal VISI*, 21 (3), 1-16.
- Ristiyati, I. D. 2014. Hubungan antara status gizi dan prestasi belajar murid SD negeri di kecamatan tuntang kabupaten semarang. Fakultas kedokteran. Universitas muhammadiyah Surakarta.
- Saragi, L dkk. 2015. Hubungan sarapan pagi dengan aspek biologis anak usia sekolah. Program studi ilmu keperawatan. Universitas Riau. Vol 2 No 2.
- Setiani. 2014. Meningkatkan konsentrasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VI SD Negeri 2 Karangcegak Kabupaten Purbalingga. Fakultas ilmu pendidikan. Universitas negeri semarang
- Slameto. (2010). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugesti. 2017. Gambaran faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia sekolah di SMP Negeri 45 Bandung tahun 2017. Bandung.
- Suwardhani. 2013. Perbedaan tingkat konsentrasi pada siswa yang melakukan sarapan pagi dengan yang tidak melakukan sarapan pagi di SDN III Gondang kecamatan Nawangan Pacitan. Fakultas ilmu kesehatan. Universitas muhammadiyah Surakarta.
- Syahnur, A. M. 2012. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar anak di SDN 20 Pangkajene Sinrad. Diakses 08 Februari 2018.
- Tamsuri. 2010. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar pada anak. Puskesmas Kasembon.
- Tumiwa. 2016. Hubungan pengetahuan tentang sarapan pagi dengan prestasi belajar anak di SD Inpres Talikuran Kecamatan Kawangkoan Utara. *e-jurnal keperawatan*. Vol. 4. No. 1.
- Verdiana. 2016. Kebiasaan sarapan berhubungan dengan konsentrasi belajar pada siswa SDN Sukoharjo I Malang. Fakultas kesehatan masyarakat. Universitas Airlangga.

## **LAMPIRAN**

**KUESIONER PENELITIAN PERILAKU KONSUMSI SARAPAN PAGI PADA  
MURID SD NEGERI 01 BARUGA KOTA KENDARI**

No. Responden :

1. Nama Responden : \_\_\_\_\_
2. Kelas : \_\_\_\_\_
3. Jenis Kelamin : \_\_\_\_\_
4. Umur Responden : \_\_\_\_\_ tahun

**Pilih lah salah satu jawaban di bawah ini dengan menggunakan tanda silang (X).**

No	Pertanyaan	Skor
1	Apakah kamu sarapan sebelum kesekolah ? a. Ya, slalu dilakukan b. Kadang - kdang c. Tidak pernah, alsannya.....	(3) (2) (1)
2	Apakah kamu sarapan setiap hari ? a. Ya, slalu dilakukan (3-4 kali seminggu) b. Jarang dilakukan (1-2 kali seminggu), alsannya.....	(2) (1)
3	Jika ya, pada saat kapan kamu sarapan ? a. Setiap pagi bersama keluarga b. Setiap pergi kesekolah c. Kalau lapar saat pagi	(3) (2) (1)
4	Jam berapa biasanya kamu sarapan ? a. Jam 06.00-07.00 pagi	(2)

	b. Saat istirahat	(1)
5	Sarapan pagi yang biasanya kamu makan berupa ? a. Makanan lengkap : nasi, sayur dan lauk b. Makanan tidak lengkap : kue-kue ringan c. Hanya minuman	(3) (2) (1)
6	Saat tidak sempat sarapan, kamu membawa bekal atau tidak jajan disekolah ? a. Ya b. Kadang - kadang c. Tidak pernah dilakukan	(3) (2) (1)
7	Apakah jenis sarapan yang kamu konsumsi selalu berganti setiap hari ? a. Ya b. Kadang-kadang c. Tidak	(3) (2) (1)
8	Saat tidak sempat sarapan, kamu menggantinya dengan jajan disekolah ? a. Ya b. Kadang-kadang c. Tidak	(3) (2) (1)

**KUESIONER PENELITIAN UNTUK MENGUKUR KONSENTRASI  
BELAJAR PADA MURID SD NEGERI 01 BARUGA KOTA KENDARI**

1. Nama Responden       :
2. Kelas                   :
3. Jenis Kelamin         :
4. Umur Responden       :        tahun

**Berilah tanda ceklis (√) pada kotak angka yang ditemukan secara berurut baik horizontal maupun vertikal.**

63	64	02	03	100	99	22	21	10	11
95	87	30	29	14	65	66	43	44	68
96	88	61	62	13	05	92	75	76	67
51	31	32	33	12	04	93	70	27	50
52	41	42	97	98	45	46	69	28	49
15	16	06	07	34	35	56	57	19	20
80	81	25	63	64	71	72	58	59	78
79	36	26	39	00	01	82	83	60	77
24	37	55	38	40	85	86	84	09	47
23	90	91	54	17	18	73	74	08	48







```

GET
FILE='E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
FREQUENCIES VARIABLES=pertanyaan_2
/ORDER=ANALYSIS.

```

### Frequencies

[DataSet1] E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav

#### Statistics

sarapan\_setiap\_hari

N	Valid	86
	Missing	0

sarapan\_setiap\_hari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-2x/minggu	12	14.0	14.0	14.0
	3-4x/minggu	74	86.0	86.0	100.0
	Total	86	100.0	100.0	

```

FREQUENCIES VARIABLES=katg_konsentrasi
/ORDER=ANALYSIS.

```

### Frequencies

[DataSet1] E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav

#### Statistics

kategori konsentrasi

N	Valid	86
	Missing	0

kategori konsentrasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	38	44.2	44.2	44.2
	kurang	48	55.8	55.8	100.0
	Total	86	100.0	100.0	

```

CROSSTABS
/TABLES=pertanyaan_2 BY katg_konsentrasi
/FORMAT=AVALUE TABLES

```

/STATISTICS=CHISQ  
 /CELLS=COUNT  
 /COUNT ROUND CELL.

**Crosstabs**

[DataSet1] E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
sarapan_setiap_hari * kategori konsentrasi	86	100.0%	0	0.0%	86	100.0%

**sarapan\_setiap\_hari \* kategori konsentrasi Crosstabulation**

Count

		kategori konsentrasi		Total
		baik	kurang	
sarapan_setiap_hari	1-2x/minggu	8	4	12
	3-4x/minggu	30	44	74
Total		38	48	86

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.858 <sup>a</sup>	1	.091	.121	.085
Continuity Correction <sup>b</sup>	1.897	1	.168		
Likelihood Ratio	2.858	1	.091		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	2.825	1	.093		
N of Valid Cases	86				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.30.

b. Computed only for a 2x2 table

GET

FILE='E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav'.  
 DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.

GET

FILE='E:\GIZI DIV\PROPOSAL DIV\New folder\Data Penelitian.sav'.  
 DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.





**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI**



Jl. Jend. A.H. Nasution, No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232  
Telp. (0401) 3190492 Fax. (0401) 3193339 e-mail: [poltekkeskendari@yahoo.com](mailto:poltekkeskendari@yahoo.com)

Jurusan Gizi : Jl. Pattimura No. 45 Puuwatu, Kota Kendari 93114 Telp. (0401) 3129321 Fax. (0401) 3123173

08 Maret 2018

Nomor : DL.11.02/7/237/2018  
Lampiran : -  
Perihal : Penerbitan Surat Pengantar Pengambilan Data Penelitian

Yang Terhormat,  
Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari  
c.q. Ka. Unit PPM  
di -  
Kendari

Sehubungan dengan penyusunan proposal penelitian (skripsi) mahasiswa Program Studi D-IV Jurusan Gizi Poltekkes Kendari, kami mohon Bapak/ibu dapat menerbitkan surat pengantar pengambilan data awal penelitian pada mahasiswa berikut ini :

Nama : Fitriani Sufrin  
NIM : P00313014055  
Tempat pengambilan data : SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari  
(Kel. Lepo-Lepo Kec. Baruga)  
Data yang diperlukan : Jumlah Siswa di SDN 01 Baruga (per kelas)

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi

*Kun*  
**Sri Yunanci Van Gobel, SST, MPH**  
NIP. 19691006199203 1 002



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI**



Jl. Jend. A.H. Nasution, No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232  
Telp. (0401) 3190492 Fax. (0401) 3193339 e-mail: poltekkeskendari@yahoo.com  
Jurusan Gizi : Jl. Pattimura No. 45 Puurwatu, Kota Kendari 93114 Telp. (0401) 3129321 Fax. (0401) 3123173

Kendari, 31 Juli 2018

Nomor : DL.11.02/71 87 /2018  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Yang Terhormat,  
Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari  
di -  
Kendari

Dengan hormat,

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa Prodi D-IV Jurusan Gizi Poltekkes Kendari, kami mohon Bapak/ibu dapat menerbitkan surat pengantar izin penelitian di Badan Riset pada Mahasiswa berikut ini :

Nama : Fitriani Sufrin  
NIM : P00313017055  
Judul Penelitian : Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 01 Baruga Di Kota Kendari  
Pembimbing : 1. Dr. S. Akbar Torunju, SKM, M.Kes  
2. Imanuddin, SP, M.Kes

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi

**Sri Yunanti, V.G, SST,MPH**  
NIP. 196910061992032002



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI TENGGARA  
BADAN PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN**

Kompleks Bumi Praja Anduonohu Telp. (0401) 395690 Kendari 93121  
Website : balitbang sulawesitenggara prov.go.id Email: badan litbang sultra01@gmail.com

Kendari, 01 Agustus 2018

Nomor : 070/4444/Balitbang/2018  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Penelitian

K e p a d a  
Yth. Kepala Dinas Pendidikan, Kepemudaan  
dan Olahraga Kota Kendari  
di -

KENDARI

Berdasarkan Surat Direktur Poltekkes Kendari Nomor : UT.01.02/1/3660/2018 tanggal 31 Juli 2018 perihal tersebut di atas, Mahasiswa di bawah ini :

Nama : FITRIANI SUFRIN  
NIM : P00313017.055  
Program Studi : D-IV Gizi/ Alih Jenjang  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Lokasi Penelitian : SDN 01 Baruga Kota Kendari

Bermaksud untuk melakukan Penelitian/Pengambilan Data di Daerah/Kantor Saudara dalam rangka penyusunan KTI/Skripsi/Tesis/Disertasi, dengan judul :

**"HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR ANAK SD NEGERI 01 BARUGA DI KOTA KENDARI".**

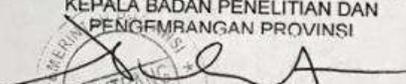
Yang akan dilaksanakan dari tanggal : 01 Agustus 2018 sampai selesai.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami menyetujui kegiatan dimaksud dengan ketentuan :

1. Senantiasa menjaga keamanan dan ketertiban serta mentaati perundang-undangan yang berlaku.
2. Tidak mengadakan kegiatan lain yang bertentangan dengan rencana semula.
3. Dalam setiap kegiatan dilapangan agar pihak Peneliti senantiasa koordinasi dengan pemerintah setempat.
4. Wajib menghormati Adat Istiadat yang berlaku di daerah setempat.
5. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil penelitian kepada Gubernur Sultra Cq. Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Provinsi Sulawesi Tenggara.
6. Surat izin akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat izin ini tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian Surat Izin Penelitian diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

an. GUBERNUR SULAWESI TENGGARA  
KEPALA BADAN PENELITIAN DAN  
PENGEMBANGAN PROVINSI

  
**Dr. Ir. SUKANTO TODONG, MSP, MA**  
Pembina Utama Muda, Gol. IV/c  
NIP. 19680720 199301 1 003



PEMERINTAH KOTA KENDARI  
CABANG DINAS DIKMUDORA KECAMATAN BARUGA  
SEKOLAH DASAR NEGERI 01 BARUGA  
Jl. Cristina Martha Tiahahu No. 135 Tlp. 0401-394218

Perihal : Surat Keterangan Selesai Penelitian

Kendari, 10 Agustus 2018

Kepada

YTH. Kepala Sekolah SD  
Negeri 01 Baruga

Di

Tempat

Yang betandatangani dibawah ini,

Kepala Sekolah Dasar Negeri 01 Baruga menerangkan bahwa :

Nama : Fitriani Sufrin

NIM : P00313017055

Program Studi : D IV Gizi

Institusi : Poltekkes Kemenkes Kendari

Semester : VIII (Delapan)

Telah melaksanakan penelitian selama 3 hari di SD Negeri 01 Baruga dari tanggal 06 s/d 08 Agustus 2018 dengan judul "Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 01 Baruga Kota Kendari"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kendari, 10 Agustus 2018  
Kepala Sekolah SD N 01 Baruga  
  
Fitriani, S.Pd, MM  
NIP. 19711012 199504 2 001