

SKRIPSI

**HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA  
DI SMAN 3 KOTA PEKANBARU**



Oleh :

**AULIA SYAFITRI**  
**11980324423**

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI GIZI**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**PEKANBARU**  
**2023**

© Hak Cipta milik UIN

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA  
DI SMAN 3 KOTA PEKANBARU**



Oleh :

**AULIA SYAFITRI**  
**11980324423**

**Diajukan sebagai salah satu syarat  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**

**UIN SUSKA RIAU**

**PROGRAM STUDI GIZI**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**PEKANBARU**  
**2023**


2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HALAMAN PENGESAHAN


Judul Penelitian : Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa di SMAN  
3 Kota Pekanbaru  
Nama : Aulia Syafitri  
NIM : 11980324423  
Program Studi : Gizi

Menyetujui,  
Setelah diuji pada Tanggal 11 Juli 2023

Pembimbing I

  
drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M  
NIP. 19690918199903 2 002

Pembimbing II

  
Yanti Ernalita, Dietisien, M.P.H  
NIP. 19850615 201903 2 007


Mengetahui:

Dekan,  
Fakultas Pertanian dan Peternakan

Ketua,  
Program Studi Gizi



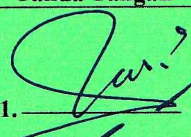
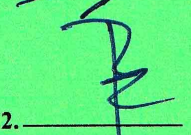


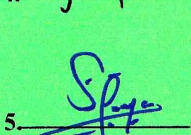
Dr. Asyadi Ali, S.Pt. M.Agr.Sc  
19710706 200701 1 031

  
drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M  
NIP. 19690918199903 2 002

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji Ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 11 Juli 2023

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Ir. Mokhamad Irfan, M.Sc	KETUA	1. 
2.	drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	SEKRETARIS	2. 
3.	Yanti Ernalina, Dietisien., M.P.H	ANGGOTA	3. 
4.	Novfitri Syuryadi, S. Gz, M. Si	ANGGOTA	4. 
5.	Sofya Maya, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	5. 



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Aulia Syafitri  
NIM : 11980324423  
Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru / 18 Januari 2001  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan  
Prodi : Gizi  
Judul Skripsi : Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan skripsi dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya saya ini sudah disebutkan sumbernya
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Juli 2023

Yang membuat pernyataan



Aulia Syafitri  
NIM: 11980324423

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana. Shalawat serta salam selalu dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun manusia menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.

Syukur Alhamdulillah Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh rasa haru bahagia, penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat selesai tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua penulis yaitu ayahanda tercinta Alm Syafrizal dan Ibu Nurhailis tercinta yang selalu memberikan motivasi dan memberikan kasih sayang yang begitu tulus serta selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah dan proses penulis. Abang dan Kakak yang penulis sayangi selalu memberikan semangat, dukungan serta motivasi yang bermanfaat dalam pembuatan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu Prodi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.  
Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc. selaku Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau serta Bapak Dr. Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Zulfahmi, S.Hut, M.Si selaku Wakil Dekan II, dan Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam, M.Si., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M dan Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H, selaku dosen pembimbing pertama dan kedua yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan, dorongan, masukan, dan kritik serta saran yang sangat bermanfaat.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ibu Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H, selaku penasihat akademik yang telah memberikan nasihat dan motivasi serta bimbingan selama masa perkuliahan.

Ibu Novfitri Syuryadi, S. Gz, M. Si, selaku dosen penguji I dan Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, memberi masukan, memberi kritik serta saran yang sangat bermanfaat.

Dosen-dosen di Program Studi Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan pengalaman yang berharga. memberikan ilmu serta wawasan dan selalu membimbing penulis semasa kuliah.

Rekan-rekan seperjuangan penulis Yana Rizki, Sherly Hidayatul Putri, Rabiatul Adawiyah, Maisyaroh, Risfah Afni Zakiah Nst, Wafiqah Azzahro, Rici Syahrani, Mila Septika, Intan Febriani dan teman-teman Prodi Gizi angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan, semangat, serta kenangan indah selama masa perkuliahan.

9. Kepala sekolah beserta staff SMAN 3 Kota Pekanbaru yang telah mengizinkan penulis melaksanakan penelitian di sekolah dan siswa dan siswi SMAN 3 Kota Pekanbaru yang telah meluangkan waktu dan informasi untuk membantu dalam kelancaran proses penelitian untuk tugas akhir skripsi.

Segala peran dan partisipasi yang telah diberikan mudah-mudahan Allah SWT membalas dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbalamin

Pekanbaru, Juli 2023

UIN SUSKA RIAU  
Penulis

## RIWAYAT HIDUP

© Hak



UIN Suska Riau

Sateh Islam

University of Sultan Syarif Kasim Riau

Aulia Syafitri dilahirkan di Kota Pekanbaru, Pada Tanggal 18 Januari 2001. Penulis lahir dari pasangan Bapak Alm Syafrizal dan ibu Nurhailis yang merupakan anak ke-12 dari 12 bersaudara. Masuk Sekolah Dasar di SD 017 Al -Hikmah Kota Pekanbaru dan tamat pada tahun 2013.

Pada tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di MTS Diniyah Puteri Kota Pekanbaru dan tamat tahun 2016 di MTS Diniyah Puteri. Pada Tahun 2016 penulis melanjutkan pendidikan ke MAN 1 Pekanbaru dan tamat pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 melalui jalur SBMPTN diterima menjadi mahasiswi pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Selama masa kuliah penulis pernah menjadi anggota Himpunan Mahasiswa Prodi Gizi (HMPS) Pada bulan januari sampai desember tahun 2021. Penulis telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Padang Tanggung Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi Provinsi Riau.

Pada bulan September sampai Oktober tahun 2022 melaksanakan Praktik Kerja Lapangan (PKL) Dietetik di RSUD Bangkinang Kabupaten Kampar Provinsi Riau. Bulan Oktober sampai dengan November 2022 melaksanakan PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Umban Sari Kota Pekanbaru, dan Bulan November sampai dengan Desember 2022 melaksanakan PKL Gizi Institusi di PT. Bababda Wasaka Rotte Bakery Outlet Singungung Kota Pekanbaru. Melaksanakan Penelitian Pada Bulan Februari 2023 di SMAN 3 Rumbai Pekanbaru.

Pada Tanggal 11 juli 2023 dinyatakan lulus dan berhak menyandang gelar Sarjana Gizi melalui sidang munaqasah Jurusan Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Segala Puji dan syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nyalah Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa Di SMAN 3 Kota Pekanbaru”**. Tidak lupa pula shalawat serta salam kepada baginda nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M sebagai dosen pembimbing I dan Ibu Yanti Ernalia, Detisien, M.P.H sebagai dosen pembimbing II sekaligus penasehat akademik yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi hingga selesainya skripsi ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada orang tua, serta kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis ucapkan terima kasih dan semoga rekan-rekan semua mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua dalam menghadapi masa depan nanti.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Pekanbaru, Juli 2023

Penulis

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA DI SMAN 3 KOTA PEKANBARU

Aulia Syafitri (11980324423)

Di bawah bimbingan Nur pelita Sembiring dan Yanti Ernalina

### INTISARI

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum di pagi hari sampai jam 9 pagi untuk memenuhi 15-30% kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif dan produktif. Sarapan yang cukup dapat meningkatkan konsentrasi belajar bagi anak sekolah. Sarapan merupakan salah satu perilaku penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru Tahun 2023. Penelitian dilaksanakan pada Bulan Februari 2023 di SMAN 3 Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa-siswi kelas X dan Kelas XI Jurusan MIPA, IPS di SMAN 3 Kota Pekanbaru yang berjumlah 600 orang dengan jumlah sampel 60 responden. Sampel pada penelitian menggunakan teknik *consecutive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sarapan responden baik 31,7%, sarapan responden tidak baik 68,3%, konsentrasi responden baik 68,3%, konsentrasi kurang baik 31,7%. Hasil uji *chi-square* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara sarapan terhadap konsentrasi  $p\text{-value} (0,017) < 0,05$ . Kesimpulan penelitian ada hubungan sarapan terhadap konsentrasi di SMAN 3 Kota Pekanbaru tahun 2023.

Kata kunci: sarapan, konsentrasi, gizi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **EFFECT OF BREAKFAST TO CONCENTRATION STUDENT IN SMAN 3 PEKANBARU CITY**

Aulia Syafitri (11980324423)

Under guidance by Nur pelita Sembiring dan Yanti Ernalina

### **ABSTRACT**

*Breakfast is an activity of eating and drinking in the morning until 9 a.m. to fulfill 15-30% of daily nutritional needs in order to realize a healthy, active and productive life. Adequate breakfast can improve learning concentration for school children. Breakfast is one of the important behaviors for realizing balanced nutrition. This study aimed to determine the correlation between breakfast and students' concentration at SMAN 3 Pekanbaru City in 2023. The research was conducted in February 2023 in SMAN 3 Pekanbaru city. This study used a cross sectional design. The research population consisted of all students in grades X and XI MIPA and IPS at SMAN 3 Pekanbaru, totaling 600 students, and obtained a sample of 60 respondents. The sample of this study used the consecutive sampling technique. The results of the study showed that 31,7% of respondents had a good breakfast, while 68,3% had a bad breakfast. The respondents who had good concentration were 68,3% and the respondents who had bad concentration were 31,7%. The Chi-Square test results showed that there was significant correlation between breakfast and the concentration with a p-value  $(0,017) < 0,05$ . The results concluded that there was correlation between breakfast and concentration of students in SMAN 3 Pekanbaru in 2023.*

*Keywords: breakfast, concentration, nutrition.*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
KATA PENGANTAR .....	IX
INTISARI .....	X
ABSTRACT .....	XI
DAFTAR ISI .....	XII
DAFTAR TABEL .....	XIII
DAFTAR GAMBAR .....	XIV
DAFTAR SINGKATAN .....	XV
DAFTAR LAMPIRAN .....	XVI
I. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tujuan Penelitian .....	3
1.3. Manfaat Penelitian .....	3
1.4. Hipotesis .....	3
II. TINJAUAN PUSTAKA .....	4
2.1. Sarapan .....	4
2.2. Konsentrasi .....	5
2.3. Kerangka Pemikiran .....	6
III. METODE PENELITIAN .....	10
3.1. Tempat Dan Waktu .....	10
3.2. Konsep Operasional .....	10
3.3. Metode Pengambilan Sampel .....	11
3.4. Analisis Data .....	12
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	16
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	16
4.2. Karakteristik Responden .....	17
4.3. Sarapan .....	18
4.4. Konsentrasi .....	20
4.5. Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi .....	20
V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	23
5.1 Kesimpulan .....	23
5.2 Saran .....	23
DAFTAR PUSTAKA .....	24
LAMPIRAN .....	30

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. <i>Grid Consentration Test</i> .....	8
2.2. Penilaian Tes Konsentrasi .....	8
3.1. Konsep Operasional .....	10
3.2. Jenis dan Cara Memperoleh Data .....	13
3.3. Pengkodean Variabel .....	13
4.1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelas Siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru .....	17
4.2. Distibusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru .....	18
4.3. Distribusi Sarapan Siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru .....	19
4.4. Konsentasi Siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru .....	20
4.5. Hubungan Sarapan terhadap Konsentrasi .....	21

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

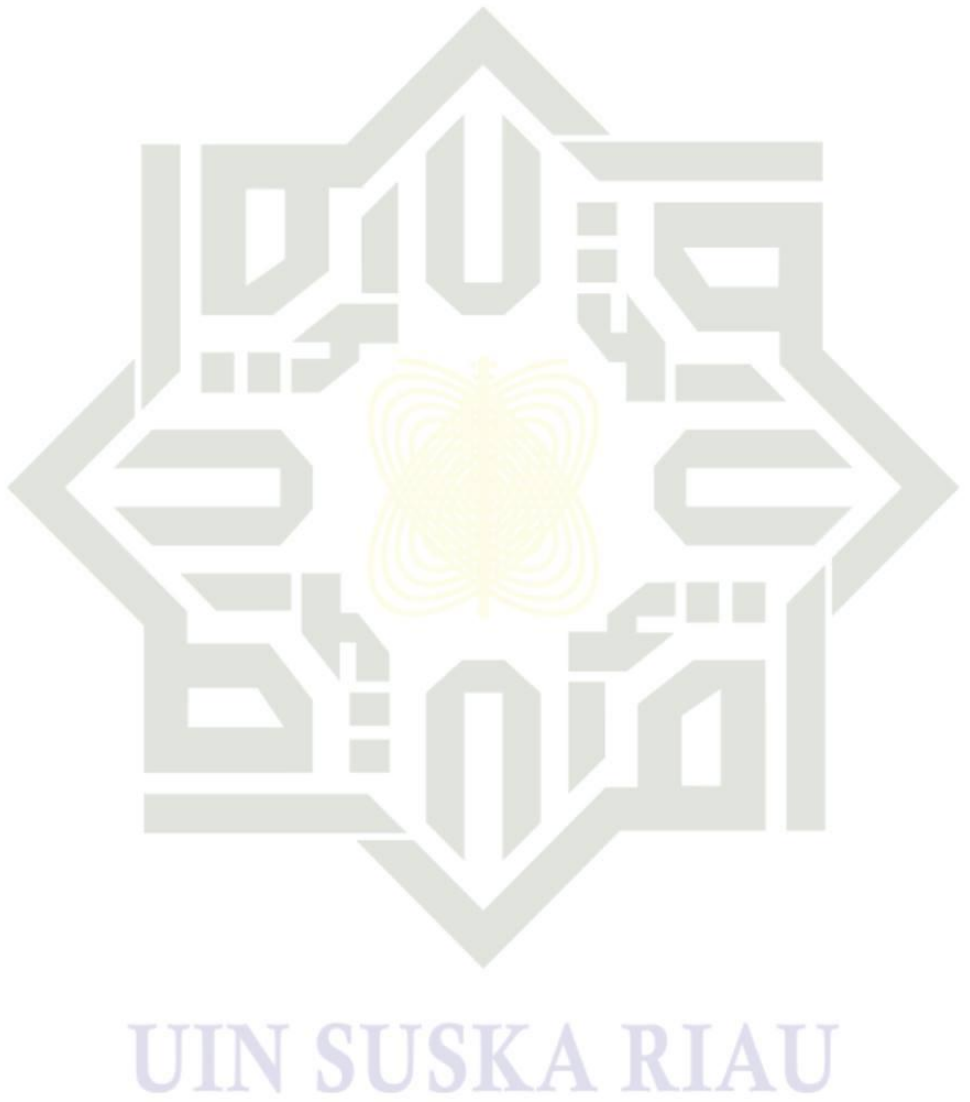
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

		<b>Halaman</b>
<b>Gambar</b>		
21.	Kerangka Pemikiran .....	9
41.	SMAN 3 Kota Pekanbaru .....	16

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR SINGKATAN

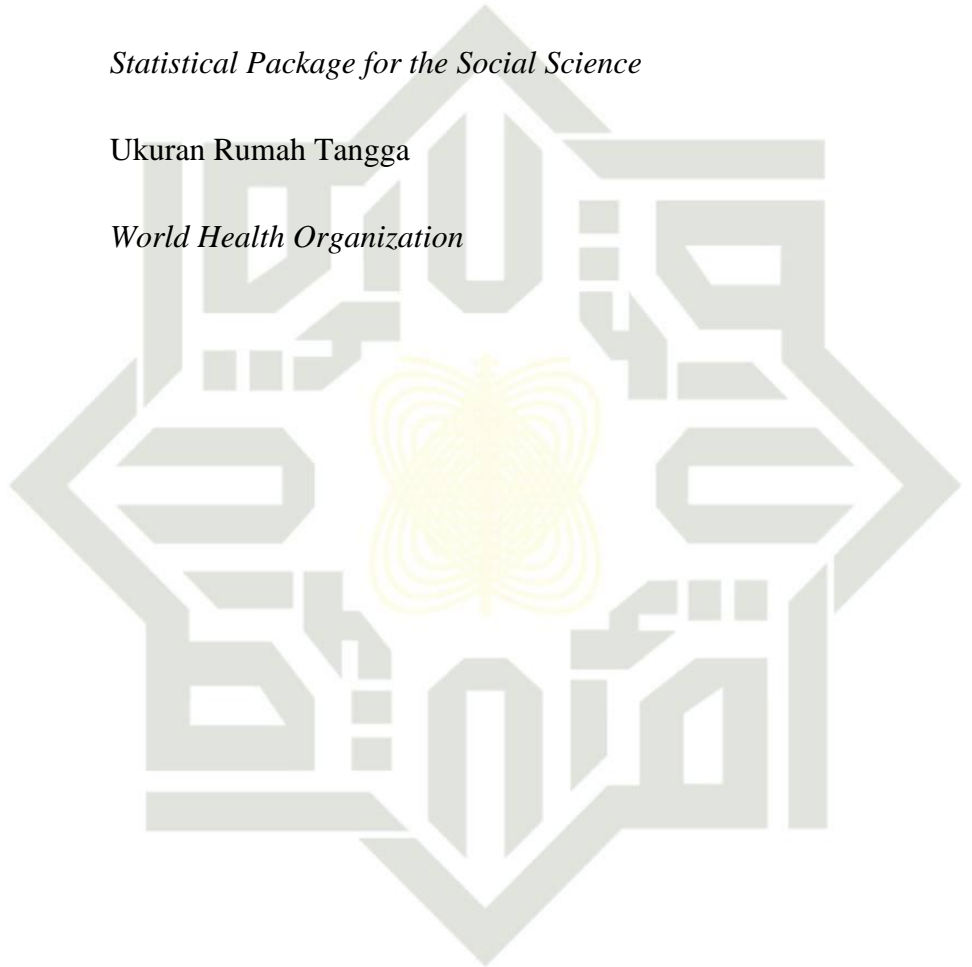
GCT	<i>Grid Concentration Test</i>
Riskesdas	Riset Kesehatan Dasar
SMA	Sekolah Menengah Atas
SPSS	<i>Statistical Package for the Social Science</i>
URT	Ukuran Rumah Tangga
WHO	<i>World Health Organization</i>

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Persetujuan Responden .....	27
2. Kuesioner Sarapan .....	28
3. Formulir <i>Food Recall</i> .....	30
4. Identitas Responden .....	31
5. Formulir Tes <i>Grid Concentration</i> .....	32
6. Kuesioner Skrining Gejala Cemas dan Depresi .....	33
7. Surat Izin Riset .....	35
8. Surat Izin Uji Etik .....	36
9. Surat Layak Etik .....	37
10. Surat Izin Dinas penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu satu pintu Provinsi Riau .....	38
11. Surat Izin Dinas pendidikan Provinsi Riau .....	39
12. Surat Keterangan Sekolah SMAN 3 Pekanbaru .....	40
13. Dokumentasi Penelitian. ....	41
14. Master Data .....	43
15. Analisis Data .....	46

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## I. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 pagi untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian, yaitu sekitar 15-30% kebutuhan gizi dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. Sarapan yang baik menurut pedoman gizi seimbang, terdiri dari sumber karbohidrat, lauk-pauk, sayuran atau buah dan air. Saat anak mulai masuk sekolah, anak sering melewatkan sarapan dengan menu sehat. Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal dengan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar di sekolah bagi anak sekolah, menurunkan aktivitas fisik, menyebabkan kegemukan pada remaja, orang dewasa, dan meningkatkan risiko jajan yang tidak sehat (Kemenkes, 2014). Sarapan bermanfaat untuk membekali tubuh dengan zat gizi yang diperlukan untuk berpikir, bekerja, dan melakukan aktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Bagi anak sekolah, sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan energi. Bagi remaja dan orang dewasa sarapan yang cukup terbukti dapat mencegah kegemukan. Membiasakan sarapan juga berarti membiasakan disiplin bangun pagi dan beraktivitas pagi dan tercegah dari makan berlebihan dalam makan kudapan atau makan siang (Kemenkes, 2014).

Masih banyak anak yang sekolah tidak sarapan terlebih dahulu dengan berbagai alasan seperti keterbatasan waktu, susah bangun pagi, ibu belum menyiapkan sarapan, bosan dengan menu sarapan yang itu-itu saja, dan lain sebagainya. Anak-anak yang sering melewatkan sarapan cenderung memiliki tingkat energi dan zat gizi lebih rendah dibandingkan dengan anak yang sarapan. Selain itu, juga dapat mengakibatkan gangguan pada fungsi otak, termasuk gangguan perilaku, seperti mengantuk dan kurang konsentrasi di sekolah (Fikawati, 2017). Sebuah penelitian menunjukkan siswa memilih untuk tidak melakukan sarapan dengan berbagai alasan seperti terlambat bangun pagi, tidak sempat karena aktivitas sekolah jam 7 pagi, tidak terbiasa sarapan, merasa sakit perut jika sarapan, malas dan tidak sesuai selera (Lotulung dan Purnawinadi, 2020).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seseorang yang melewatkan sarapan akan merasakan lapar karena kondisi perut yang kosong, apabila anak sekolah yang tidak sarapan maka kadar gulanya akan menurun. Kondisi ini akan membuat tubuh berusaha meningkatkan kadar gula darah dengan mengambil cadangan glikogen. Keadaan seperti ini akan membuat tubuh tidak berada dalam kondisi yang baik untuk melakukan pekerjaan (Hartoyo, 2015). Penyebab anak tidak sarapan yaitu sudah kebiasaan tidak pernah makan pagi, sehingga sebagai gantinya diberi uang untuk jajan yang cukup sebanyak 31,03%, karena tidak sempat makan pagi hanya makan kue setiap pagi sebanyak 25,86%, sebanyak 43,11% tidak ada waktu untuk makan pagi, anak sering bangun kesiangan, sehingga hanya bekal uang saku sekedarnya (Sukiniarti, 2015) Alasan tersebut banyak siswa yang tidak sarapan dan melakukan pembelajaran di sekolah dengan perut kosong, hal ini membuat siswa kehilangan konsentrasi dan tidak fokus menerima pelajaran dan seringkali mengantuk dan juga pasif di kelas (Wahjuni dan Mujahidah, 2022). Pendapat lain dari Al-faida, (2021) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sarapan dengan konsentrasi.

Menurut data Persagi (2013) terdapat sebanyak 16,9-59% anak usia sekolah dan remaja, serta 31,2% orang dewasa di Indonesia yang tidak biasa melakukan sarapan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2015 terdapat sekitar 55% siswa yang belum membiasakan diri untuk sarapan (Saragi, 2015). Menurut hasil penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2012, terdapat sebanyak 41,7% anak usia sekolah yang jarang sarapan (Desfita, 2012). Penelitian oleh Yunita dan Nindya (2017) menyatakan bahwa 60% responden melakukan sarapan dan responden yang terbiasa sarapan memiliki daya konsentrasi tinggi sebanyak 86,1%. Hasil statistik diperoleh *chi square* nilai  $p < 0,001$  berarti ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan daya konsentrasi siswa. Penelitian Rima, dkk (2020). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan sarapan terhadap konsentrasi mahasiswa kedokteran di Universitas Jendral Sudirman dengan skor  $p < 0,0001$  ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa SMAN 3 Pekanbaru”.

## 1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru.

## 1.3. Manfaat Penelitian

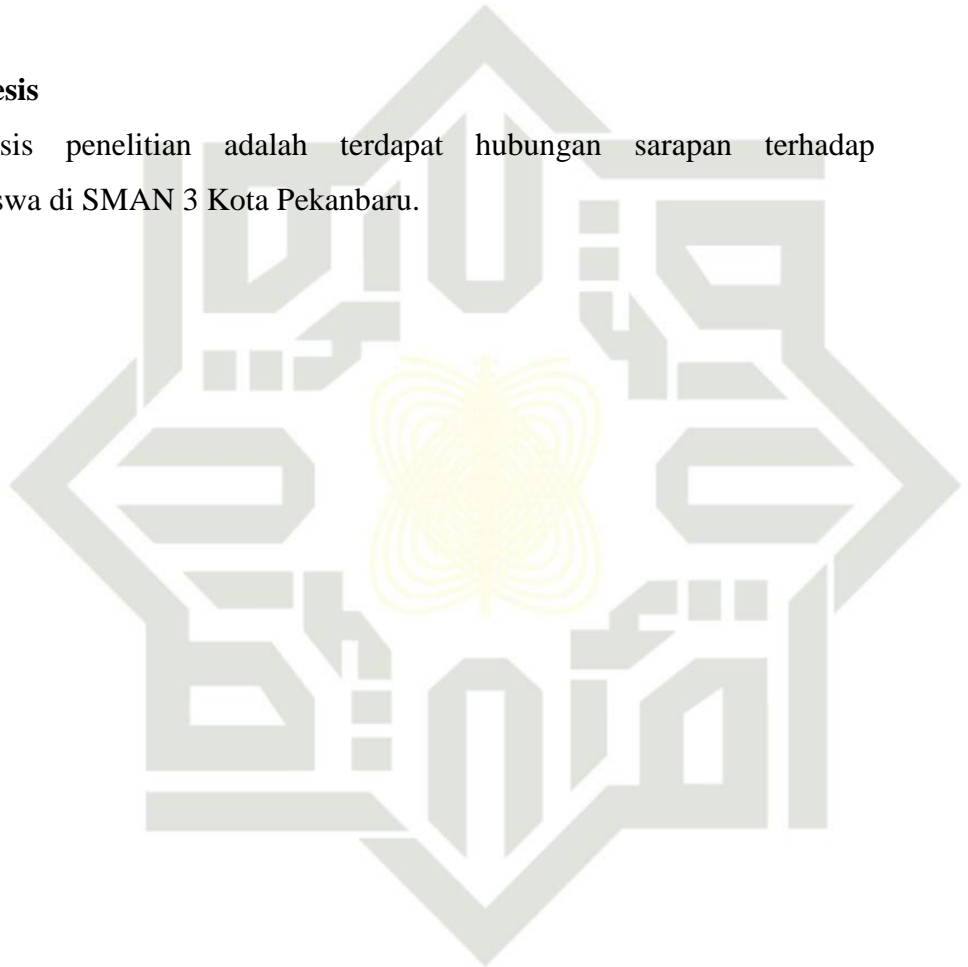
Manfaat penelitian adalah menambahkan wawasan mengenai hubungan sarapan dan konsentrasi siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru.

## 1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru.

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Sarapan

Sarapan adalah kebutuhan manusia yang seharusnya dilakukan secara teratur setiap pagi, yang akan memenuhi kebutuhan gizi dan perkembangan otak bagi seorang anak dan dimulai sejak dini. Jumlah dari makanan yang dikonsumsi ketika sarapan atau makan pagi kurang lebih 1/3 dari makanan sehari atau kebutuhan harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif dan cerdas dengan kebutuhan energi 300- 400 kkal. Sarapan yang ideal dilakukan antara pukul 06.00-09.00 dan penyusunan menu sarapan tetap berpatokan pada gizi yang seimbang. Amerika menetapkan sarapan dari jam 5-10 pagi pada hari sekolah dan jam 5-11 pagi pada hari libur. Makanan pagi adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik pada hari itu. Sarapan sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi orang dewasa, sarapan dapat memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat bekerja dan meningkatkan produktivitas kerja. Bagi anak sekolah, sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran sehingga prestasi belajar lebih baik (Utama dan Demu, 2021).

Makan pagi atau sarapan mempunyai peranan penting bagi anak sekolah usia 6-14 tahun, yaitu untuk pemenuhan gizi di pagi hari, dimana anak-anak berangkat ke sekolah dan mempunyai aktivitas yang sangat padat di sekolah. Apabila anak-anak terbiasa sarapan, maka akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak, terutama daya ingat anak sehingga dapat mendukung prestasi belajar anak ke arah yang lebih baik. Sarapan merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik agar dapat berkonsentrasi di sekolah. Ketika bangun pagi, gula darah di tubuh kita rendah semalaman tidak makan. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi di sekolah (Mawarni, 2021). Sarapan merupakan hal yang sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh dan kinerja otak oleh karena itu seseorang yang memiliki kebiasaan mengonsumsi sarapan setiap hari, dan yang tidak pernah melakukan sarapan serta ditinjau dampak bagi kesehatan tubuh jika seseorang yang melakukan sarapan dan tidak sarapan. Diharapkan dengan mengetahui hubungan sarapan pagi terhadap konsentrasi belajar dapat

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberikan pengetahuan tentang pentingnya sarapan dan peranannya terhadap aktivitas, otak dapat berpikir dan dapat mencerdaskan bangsa sebagai tujuan pendidikan nasional dan kesehatan tubuh lebih baik (Rima dkk, 2020).

Manfaat sarapan yaitu untuk memberikan energi agar bisa beraktivitas dengan baik dan otak bekerja lebih optimal dan tidak cepat mengantuk. Sarapan juga dapat mengembalikan fungsi metabolisme tubuh dan membiasakan sarapan akan membantu fokus mengerjakan tugas. Penelitian menunjukkan bahwa sarapan berhubungan erat dengan kecerdasan mental karena sarapan memberikan nilai positif terhadap aktivitas otak, otak menjadi lebih cerdas, peka dan lebih mudah untuk berkonsentrasi. Hal ini secara tidak langsung akan mendatangkan pengaruh positif kepada pelajar. Kebiasaan makan pagi sangat penting bagi tubuh karena lambung akan terisi kembali setelah kosong karena istirahat atau tidur selama 8-10 jam sehingga gula darah akan menurun, sarapan dapat memberikan energi ke otak.

Manfaat yang diperoleh kalau seseorang melakukan sarapan, antara lain:

1). Sarapan dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah sehingga tetap menjadi normal, dan dampak dari itu adalah gairah dan konsentrasi kerja bisa lebih baik sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktivitas. 2). Sarapan akan memberikan kontribusi penting untuk beberapa jenis zat gizi lain seperti protein, lemak, vitamin, dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologis tubuh (Utama dan demu, 2021). Fungsi sarapan bagi tubuh, seperti fungsi makanan pada tubuh yakni sebagai pemberi energi dan sumber tenaga untuk melakukan segala kegiatan, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh serta mengatur proses tubuh (Hartoyo dkk, 2015).

## 2.1. Konsentrasi

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran atau perhatian kepada suatu objek tertentu. Kamus Besar Bahasa Indonesia, mengartikan konsentrasi adalah pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal. Siswa atau anak yang tidak dapat konsentrasi berarti tidak dapat memusatkan pikirannya terhadap bahan pelajaran yang dipelajarinya, konsentrasi akan menentukan keberhasilan belajar (Ulfa, 2015).

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan, dan bukan suatu hasil atau tujuan. Belajar bukan hanya mengingat, akan tetapi lebih luas dari pada itu, yakni mengalami, bertindak, dan melakukannya dengan segala panca indera secara optimal. Jadi Belajar pada dasarnya merupakan peristiwa yang bersifat individu, yakni suatu proses mendapat pengetahuan atau pengalaman sehingga mengubah tingkah laku. Seseorang yang belajar akan mengalami perubahan tingkah laku, baik pengetahuan, sikap, keterampilan maupun kecakapan, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah pemusatan perhatian pada suatu kegiatan sebagai kunci utama untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan, dan meningkatkan konsentrasi belajar adalah suatu gerakan yang timbul dari diri untuk menuju pada pemusatan perhatian sehingga dapat mencapai tujuan pelajaran yang telah ditentukan, yang melibatkan fisik, mental, dan emosional (Syafrol, 2013).

Konsentrasi belajar itu maksudnya adalah pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dengan menghalau atau menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungannya dengan objek yang dipelajarinya. Agar siswa dapat memahami materi yang diberikan oleh guru dengan baik. Sehingga guru tidak perlu mengulang kembali materi yang telah diberikan dan kemampuan berpikir siswa pun akan meningkat (Isnawati, 2020). Konsentrasi belajar dapat dicapai dengan berbagai cara, salah satunya adalah makan pagi atau biasa disebut sarapan (Mawarni, 2021). Kesulitan berkonsentrasi merupakan indikator adanya masalah belajar yang dihadapi siswa hal itu akan menjadi kendala di dalam mencapai hasil belajar yang diharapkan (Isnawati, 2020).

Manfaat konsentrasi belajar antara lain : 1). Siswa akan lebih mudah dan cepat menguasai materi pelajaran yang diberikan, 2). Menambah semangat atau motivasi bagi siswa untuk lebih aktif beraktivitas belajar, 3). Suasana belajar menjadi yang semakin kondusif, 4). Memudahkan siswa mendapatkan pengalaman yang baru, 5). Munculnya hal-hal yang positif ( Isnawati, 2020).

Faktor- faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar, yaitu: 1). Motivasi yang diperolehnya, 2). Keinginan atau ketertarikannya terhadap sesuatu, 3). Situasi tekanan yang dapat mengancam dirinya, 4). Keadaan fisik, psikis, emosional, dan pengalamannya, 5). Tingkat kecerdasan yang dimiliki, 6).

Lingkungan sekitar, 7). Lemahnya minat dan motivasi pada pelajaran, 8). Perasaan gelisah, tertekan, marah, kuatir, takut, benci, dan dendam, 9). Suasana lingkungan belajar yang berisik dan berantakan, 10). Kondisi kesehatan jasmani, 11). Bersifat pasif dalam belajar, 12). Tidak memiliki kecakapan dalam cara-cara belajar yang baik ( isnawati, 2020).

Terdapat faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar pada anak diantaranya faktor. Faktor internal berupa gangguan yang berasal dari diri anak tersebut seperti merasa tidak tenang atau gelisah, cemas, takut, serta kondisi kebugaran tubuh, sedangkan faktor eksternal berupa lingkungan yang tidak kondusif seperti ramai, berisik, dan riuh (Lipdyaningsih dkk, 2017) .

Konsentrasi merupakan kemampuan siswa untuk mengarahkan perhatian (fokus) pada satu titik objek tertentu. Konsentrasi dalam penelitian ini siswa hanya memusatkan perhatian untuk mengerjakan grid concentration test dengan mengurutkan deretan angka 00 sampai dengan 99 yang telah di acak dengan waktu satu menit Berfungsi sebagai tolak ukur pada seseorang dalam hal seberapa fokus, seberapa cepat, dan seberapa tepat seseorang dalam pelaksanaan tes ini. Tes ini terdiri dari 10 X 10 kotak yang berisikan angka mulai dari angka 00 sampai dengan 99 yang dalamnya berisi secara acak. Sebelum memulai prosedur, fasilitas yang diperlukan adalah ruang kelas, alat tulis, lembar tes, stopwatch. (wahyudi & hidayat, 2018).

Prosedur yang dilakukan adalah 1). Sebelum melaksanakan tes ini, sampel dianjurkan untuk melakukan istirahat yang cukup dan sudah melakukan sarapan pada pagi hari, 2). Pelaksanaan ini sampel duduk di tempat yang sudah disediakan dengan jarak masing-masing sampel 1,5 meter, 3). Sampel terlebih dahulu mengisi biodata yang telah disediakan di format, 4). Test ini pengisian dilakukan secara berpasangan, dan bergantian dengan pasangannya, 5). Sampel mengurutkan angka dari nilai yang terkecil sampai dengan nilai yang terbesar dengan cara menghubungkan angka dengan garis, baik horizontal atau vertikal, 6). Waktu yang disediakan untuk mengisi adalah hanya 1 menit, 7). Penilaian diambil dari angka yang terhubung secara benar yang telah dicapai oleh sampel. Kriteria penilaian tes yang benar adalah sebagai berikut: jika seseorang dapat menghubungkan sebanyak 5 angka dapat dikatakan konsentrasi sangat kurang, jika seseorang dapat

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghubungkan sebanyak 6-10 angka dapat dikatakan konsentrasi kurang, jika seseorang dapat menghubungkan sebanyak 11-15 angka dapat dikatakan konsentrasi sedang, jika seorang dapat menghubungkan sebanyak 16- 20 angka dapat dikatakan konsentrasi baik, dan jika seseorang dapat menghubungkan sebanyak 21 ke atas angka dapat dikatakan konsentrasi yang sangat baik (Yazid dkk, 2016: 52).

Cara melakukan *grid concentration test*: a). Secepat mungkin menentukan pasangan angka dan langsung dicoret dari 00, 01, 02, 03, dan seterusnya secara berurutan dan tidak boleh diloncati, b). Waktu untuk tes yaitu satu menit yang dimulai oleh penulis dengan aba-aba “ya” dan dihentikan dengan aba-aba “waktu telah habis” (Maksum, 2011: 155). *grid concentration test* dapat dilihat pada Tabel 2.1.

Tabel 2.1 *Grid Concentration Test*

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

Sumber: Maksum, 2011: 155

Kriteria penilaian tes konsentrasi dapat dilihat pada Tabel 2.2.

Tabel 2.2 Penilaian Tes Konsentrasi

No	Kriteria	Keterangan
1	21 keatas	Sangat baik
2	16- 20	Baik
3	11- 15	Sedang
4	6- 10	kurang
5	5 kebawah	Sangat kurang

Sumber: Maksum, 2011: 155

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

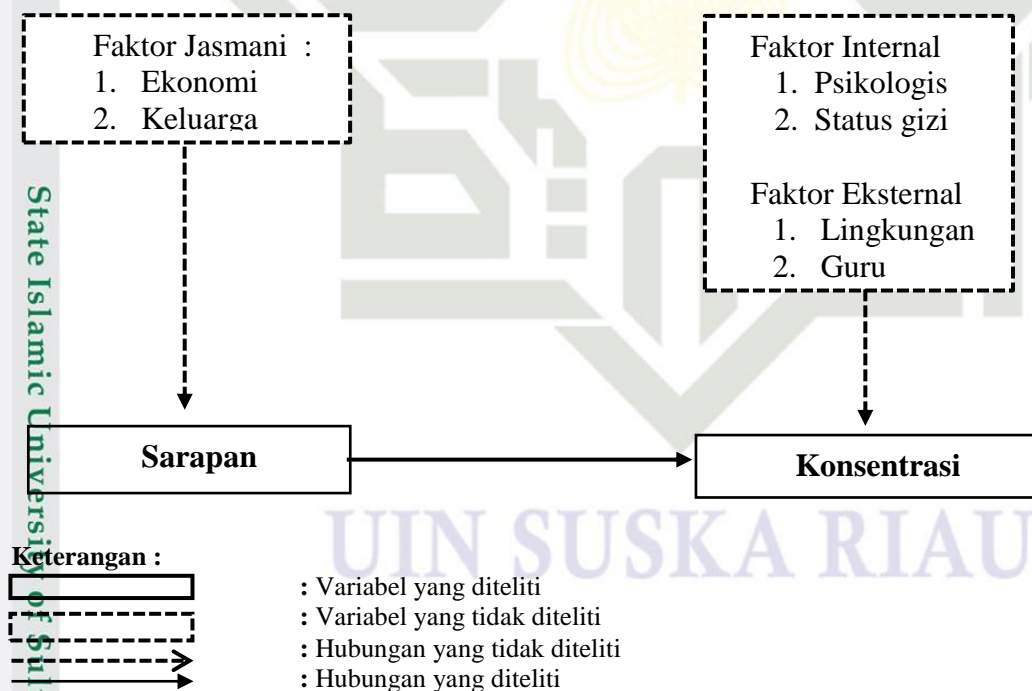
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### 2.3. Kerangka Pemikiran

Faktor- faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar, yaitu: 1). Motivasi yang diperolehnya, 2). Keinginan atau ketertarikannya terhadap sesuatu, 3). Suasana tekanan yang dapat mengancam dirinya, 4). Keadaan fisik, psikis, emosional, dan pengalamannya, 5). Tingkat kecerdasan yang dimiliki, 6). Lingkungan sekitar, 7). Lemahnya minat dan motivasi pada pelajaran, 8). Perasaan gelisah, tertekan, marah, kuatir, takut, benci, dan dendam, 9). Suasana lingkungan belajar yang berisik dan berantakan, 10). Kondisi kesehatan jasmani, 11). Bersifat pasif dalam belajar, 12). Tidak memiliki kecakapan dalam cara-cara belajar yang baik ( isnawati, 2020).

Terdapat faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar pada anak diantaranya faktor. Faktor internal berupa gangguan yang berasal dari diri anak tersebut seperti merasa tidak tenang atau gelisah, cemas, takut, serta kondisi kebugaran tubuh, sedangkan faktor eksternal berupa lingkungan yang tidak kondusif seperti ramai, berisik, dan riuh (Lipdyaningsih dkk, 2017).



Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### III. METODE PENELITIAN

#### 3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan Bulan Februari Tahun 2023 di SMAN 3 Kota Pekanbaru. Pemilihan tempat berdasarkan tujuan penelitian dan penelitian belum pernah dilakukan di SMAN 3 kota Pekanbaru.

#### 3.2. Konsep Operasional

Konsep operasional dalam penelitian hubungan sarapan terhadap konsentrasi di SMAN 3 Kota Pekanbaru dapat dilihat pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Konsep Operasional Penelitian Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi di SMA Negeri 3 Rumbai Pekanbaru

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Data	Hasil Ukur
Konsentrasi	Konsentrasi adalah pemusatan pemikiran atau perhatian kepada suatu objek tertentu. (Ulfa, 2014).	Tes Grid	Ordinal	<p>Hasil nilai dikategorikan sebagai berikut apabila siswa berhasil menemukan angka 00-99</p> <p>Hasil skor dikategorikan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsentrasi sangat baik (&gt;21)</li> <li>2. Baik (16-20)</li> <li>3. Sedang ( 11-15)</li> <li>4. Kurang (6-10)</li> <li>5. Sangat kurang (5 kebawah)</li> </ol> <p>(Maksum, 2011: 155)</p> <p>Kategori</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baik: Sangat baik, baik, sedang</li> <li>2. Kurang baik: kurang dan sangat kurang</li> </ol>

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Data	Hasil Ukur
Sarapan	Sarapan adalah Makanan dan minuman yang dikonsumsi pada pagi hari sebelum jam 9. Kalori yang dibutuhkan yaitu (15-30% kkal) (Kemenkes, 2014)	Kuesioner	Ordinal	<p>Baik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jika asupan energi responden saat bangun tidur hingga jam 9 pagi 15-30% kebutuhan energi</li> </ul> <p>Kurang:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jika asupan energi responden saat bangun tidur hingga jam 9 pagi kurang dari 15% atau lebih 30% kebutuhan energi (Hardinsyah, 2013)</li> </ul>

### 3.3. Metode Pengambilan Sampel

Penelitian *cross-sectional* adalah penelitian yang dilakukan dalam satu waktu tertentu dan tidak akan dilakukan penelitian lain di waktu yang berbeda untuk diperbandingkan (Priyono, 2014). Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI IPA IPS SMAN 3 Kota Pekanbaru sebanyak 600. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru Kelas X dan XI sebanyak 60 orang. Sampel pada penelitian ini menggunakan metode teknik *consecutive sampling* adalah teknik *sampling non-probability* yang pengambilan sampelnya lebih mengutamakan batas waktu pengumpulan data yang telah ditetapkan oleh peneliti (Swarjana, 2022), dan penelitian yang diteliti yaitu hubungan sarapan terhadap konsentrasi. Cara menentukan besar sampel penelitian menggunakan Lemeshow (1997), sebagai berikut :

$$n = \frac{Za^2pqN}{d^2(N-1) + Za^2pq}$$

$$n = \frac{(1,96)^2(0,046)(1-0,046)(600)}{(0,05)^2(600-1) + (1,96)^2(0,046)(1-0,046)}$$

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$n = \frac{(3,8416)(0,046)(572,4)}{(0,0025)(599)+(3,8416)(0,046)(0,954)}$$

$$n = \frac{101,1509}{1,666080}$$

$$n = 60,71 \sim 60$$

Keterangan :

N = Jumlah Populasi

n = Jumlah Sampel

Z<sub>α</sub> = nilai baku pada distribusi normal pada α tertentu (1,96)

p = prevalensi anak sekolah 4,6% sarapan kualitas rendah (Hardinsyah, 2013)

q = 1-p

d = estimasi galat error (5%) atau 0,05

Jumlah sampel penelitian menjadi 60 responden. Peneliti kemudian mendatangi calon responden pada saat di sekolah dan memperkenalkan diri lalu memberikan penjelasan kepada responden tentang tujuan dan manfaat penelitian. Calon responden yang bersedia kemudian diberi lembar *Informed Consent* untuk tanda tangan pernyataan sebagai bukti ketersediaan untuk menjadi responden. Kriteria Inklusi penelitian, yaitu: a). Siswa Kelas X dan XI di SMAN 3 Pekanbaru hadir saat penelitian, b). Siswa Kelas X dan XI yang bersedia menjadi responden penelitian.

### 3.4. Analisis Data

#### 3.4.1. Jenis data yang dikumpulkan

Jenis data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder. Data primer didapatkan dengan menggunakan kuesioner pada siswa SMAN 3 Kota Pekanbaru yang meliputi: 1). Karakteristik responden seperti nama, kelas, usia, jenis kelamin, dan tempat tanggal lahir. 2). Sarapan siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru siswa dengan menggunakan kuesioner 1x recall sarapan. 3). Konsentrasi di SMAN 3 Kota Pekanbaru menggunakan *Grid Concentration test*. 4). Instrumen Skrining Gejala Cemas dan Depresi SRQ 20 dari WHO. Data sekunder diperoleh dari pihak sekolah untuk mendapatkan informasi tentang jumlah siswa kelas X & XI di SMAN 3 Kota Pekanbaru. Jenis dan cara pengumpulan data primer dan data sekunder disajikan pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2. Jenis dan Cara Memperoleh Data

Variabel	Jenis data	Cara pengumpulan data
Sarapan	Primer	Pengisian Kuesioner <i>recall</i> 1x sarapan
Konsentrasi	Primer	<i>Grid Concentration Test</i>
Kesehatan mental	primer	Instrumen Skrining Gejala Cemas & Depresi
Jumlah Siswa	Sekunder	Data dari sekolah

### 3.4.2. Pengolahan Data

Data yang telah terkumpul, maka selanjutnya data tersebut diolah menggunakan *SPSS Versi 25* dengan tahapan sebagai berikut :

#### *Editing*

Semua kuisisioner yang telah dijawab oleh responden diperiksa dengan teliti, apabila terdapat kekeliruan segera diperbaiki sehingga tidak mengganggu pengolahan data.

#### *b. Coding*

Kuisisioner yang telah diedit, kemudian dilakukan peng”kodean” atau “*coding*”, yakni merubah data dalam bentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2012). Pengkodean tiap variabel yang diteliti dapat dilihat pada Tabel 3.3.

Tabel 3.3 Pengkodean Variabel

No	Variabel	Kode	
1.	Jenis kelamin	Laki-laki Perempuan	1 2
	Umur siswa	15 tahun	1
16 tahun		2	
17 tahun		3	
18 tahun		4	
Sarapan	Baik	1	
	Tidak baik	2	
Konsentrasi	Sangat baik	1	
	Baik	2	
	Sedang	3	
	Kurang	4	
	Sangat kurang	5	
Pengelompokan Kategori			
	1. Baik: sangat baik, baik, sedang	1	
	2. Kurang baik: kurang dan sangat kurang	2	
Kesehatan Mental	1. Terganggu Kesehatan Mentalnya	1	
	2. Tidak Terganggu Kesehatan Mentalnya	2	

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan Tabel 3.3 menunjukkan pengkodean jenis kelamin untuk laki-laki kodenya 1 dan perempuan kodenya 2. Umur responden untuk 15 tahun kodenya 1, umur 16 tahun kodenya 2, umur 17 tahun kodenya 3, dan umur 18 tahun kodenya 4. Variabel sarapan baik diberikan kode 1 dan sarapan tidak baik diberikan kode 2 Konsentrasi sangat baik diberikan kode 1, baik diberikan kode 2, sedang diberikan kode 3, kurang diberikan kode 4, sangat kurang diberikan kode 5 dan pengelompokan kategori Baik: sangat baik, baik, sedang diberikan kode 1 pengelompokan kategori kurang baik: kurang dan sangat kurang diberikan kode 2

#### c. *Entering*

Kegiatan *entering* yaitu memasukkan data hasil penelitian ke dalam tabel distribusi frekuensi (Notoatmodjo, 2012). Tahapan penelitian yang pertama dilakukan adalah mengisi lembar kuesioner kesehatan mental dari WHO sebanyak 20 pertanyaan untuk melihat kesehatan kecemasan mental responden hal ini berguna untuk persiapan tes konsentrasi jika responden menjawab iya lebih dari 8 dapat dikategorikan terganggu kesehatan mentalnya. Tahapan kedua adalah tes konsentrasi menggunakan *grid konsentrasi test*. Siswa diberikan tabel 0 – 99 dan siswa akan mengisi dengan tanda silang atau bulat, untuk menemukan angka tersebut, dalam waktu 1 menit siswa yang mengisi tabel lebih dari 21 dikategorikan sangat baik, siswa yang mengisi 16-20 angka dikategorikan baik, mengisi 11-15 angka dikategorikan sedang, mengisi 6-10 dikategorikan kurang, dan siswa yang menjawab kurang dari 5 dikategorikan sangat kurang. Tes konsentrasi dilakukan pada jam 8 pagi. Lembar kuesioner sarapan terdapat pertanyaan berapa kali siswa sarapan dalam seminggu, siswa yang menjawab 4-5 kali seminggu dan 6-7 kali seminggu termasuk kategori baik, sedangkan siswa yang menjawab tidak pernah dan 1-3 kali seminggu dikategorikan kurang baik. Sarapan siswa memenuhi kebutuhan sebesar 15 – 30% dari kebutuhan energi dikategorikan baik. Sarapan tidak memenuhi kebutuhan yaitu kurang dari 15- 30% kebutuhan energi dalam sehari. Kebutuhan energi diketahui menggunakan metode *recall* 1 x sarapan dan dihitung menggunakan nutrisurvey.

d. *Tabulating*

*Tabulating*, adalah pengelompokan data setelah melalui editing dan coding ke dalam suatu tabel tertentu menurut sifat- sifat yang dimilikinya, sesuai dengan tujuan penelitian. Variabel sarapan dikelompokkan menjadi baik dan tidak baik. Variabel konsentrasi dikelompokkan menjadi baik dan kurang baik.

### 3.4.3 Analisis Data

Analisis penelitian yang dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis *univariat* digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Data yang terkumpul disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis univariat menggambarkan karakteristik sampel seperti jenis kelamin, konsentrasi dan sarapan. Analisis bivariat uji *statistic chi square*, dengan ketentuan jika *p-value* > 0,05 berarti  $H_0$  diterima sehingga tidak ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi, sedangkan *p-value* < 0,05 berarti  $H_0$  ditolak sehingga ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi (Notoatmodjo, 2018).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sarapan responden baik 31,7% serta konsentrasi responden kurang baik 31,7%. Hasil analisis uji *chi-square* dengan nilai *p-value*  $(0,017) < 0,05$ . Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada siswa-siswi di SMAN 3 Kota Pekanbaru tahun 2023.

### 5.2 Saran

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas wawasan dengan menambahkan variabel selain sarapan yang mempengaruhi konsentrasi. Selain itu dapat menambahkan variabel yang merupakan dampak-dampak tidak sarapan serta faktor-faktor yang mempengaruhi sarapan terhadap konsentrasi seperti faktor internal dan eksternal berupa lingkungan yang tidak kondusif. Berkaitan dengan hasil penelitian diharapkan responden untuk meningkatkan kesadaran untuk sarapan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-faida, N. 2021. Pengaruh Kebiasaan Sarapan Pagi terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Persada Nabire Provinsi Papua. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 17(2):18-86.
- Amatsier, S., Soetardjo, S. dan M. Soekatri. 2019. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. Hal 463.
- Amelia, C., dan Y. Aprilia. 2019. Hubungan Sarapan dan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII SMAN 12 Batam Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*. 1(3):1-9.
- Andriati,R.,dan R. Nuraini. 2020. Kebiasaan Sarapan Pagi terhadap Konsentrasi Belajar pada Mahasiswi. *Jurnal Abdi Masyarakat*. 1(1):51-54.
- Ariani. 2017. *Ilmu Gizi*. Nuha Medika. Yogyakarta. hal 270.
- Aviana, R., dan F. F. Hidayah. (2015). Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Daya Pemahaman Materi pada Pembelajaran Kimia di SMA Negeri 2 Batang. *Jurnal Pendidikan Sains Universitas Muhammadiyah Semarang*, 3(1): 30-33. <https://doi.org/10.26714/jps.3.1.2015>.
- Desfita, S. 2012. Prevalensi Anemia Status Gizi dan Kebiasaan Makan Pagi pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Bukit Raya Kota Pekanbaru. *jurnal kesehatan komunitas*. 1 (1).
- Dwi, D. A. L., F. I. B., Falah, dan P. Sahari. (2022). Hubungan Sarapan Status Gizi dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa di STIKES PERTAMEDIKA Jakarta. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 14(1):72-80.
- Fajar, M. K. 2020. Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Konsentrasi Siswa SMP Negeri 1 Ngunut Tulungagung. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(1):35-42. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1/2320>.
- Fitrawati, S., A. Syafiq, dan A. Veratamala. 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. PT. Rajagrafindo Persada. Depok. hal 348.
- Hardiyanti. R. 2019. *Skripsi Hubungan Addiction Internet terhadap Tingkat Konsentrasi dalam Belajar Anak Usia Remaja Di SMA Hang Tuah 1 Surabaya*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya. Surabaya.
- Hardinsyah. 2013. *Sarapan Sehat Salah Satu Pilar Gizi Seimbang*. Persagi. Jakarta. hal 21.
- Hartoyo,E., Q. Sholiha., R. Fauziah dan D. N. Rachmah. 2015. *Sarapan Pagi dan Produktivitas*. Universitas Brawijaya Press. Malang.120 hal.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ikawati, M. P. D., dan M. Prihantini. 2016. Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa KMS (Kartu Menuju Sejahtera) menggunakan konseling kelompok bagi siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, 4(2):158.
- Isnawati. 2020. *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar*. CV. Jakad Media Publishing. Surabaya. hal 196.
- Isnanah, I. 2020. Hubungan Asupan Zat Besi, Vitamin C, dan Kebiasaan Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar di SMA Taman Madya 5. *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*. 4(2):189.
- Kemenkes RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. Jakarta. Hal 12-22.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. hal 307.
- Lipdyaningsih, S., Yuliati, dan T, Rahayu. 2017. Hubungan Kecukupan Gizi Makan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi Belajar pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Prodi Biologi*. 6 (5):295.
- Lotulung, V.C. dan G. Purnawinadi. 2020. Kebiasaan Sarapan dan konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal Nutric*. 4(1): hal 35.
- Maksum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga*. Unesa University Press. Surabaya. hal 21.
- Mawarni. 2021. Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Siswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2(4). hal 2.
- Mustikowati, T., H. T. Rukmana, U. N. Karim, dan A. Rahmawati. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Anak Di Sekolah Dasar Negeri Sukawera. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(1):8–12.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. hal 243.
- Nurmalasari, Y., A. Anggunan, dan I. A. Wulandari. 2020. Hubungan Status Gizi dengan Konsentrasi Belajar pada Anak SD Negeri 13 Teluk Pandan Pesawaran. *Jurnal Dunia Kesmas*. 9(1):27–31.
- Pane, A., dan M. D. Dasopang. 2017. Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*. 3(2):333–352.
- Patiwi, V. F. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa-Siswi di SMPN 14 Kota Bengkulu Tahun 2022. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Piyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Zifatama Publishing. Surabaya. hal 38.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Recky, H. R. dkk. 2017. Hubungan Antara Sarapan dengan Tingkat Konsetrasi pada Siswa Kelas 4 dan 5 SDN Tikukur Kecamatan Cobleng Kota Bandung. *Jurnal Pendidikan Dokter*, 2(2):421–424.
- Rima, T., I. Yusuf., S. Nisa, V. Aulia, dan T. Kurniati. 2020. Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*. hal 26-29.
- Saragi, L., O. Hasanah, dan N. Huda. 2015. Hubungan Sarapan Pagi dengan Aspek Biologis Anak Usia Sekolah. *JOM*. 2(2):1205-1211.
- Safianita, N.I. dan R. A. D. Sartika. 2014. Pengaruh Pendidikan Gizi tentang Sarapan pada Siswa Siswa SD/Mi terpilih di kota Depok, Jawa Barat. *Jurnal ilmu kesehatan masyarakat*. (2) hal 87.
- Sukiniarti. 2015. Kebiasaan Makan Pagi Pada Anak Usia SD dan Hubungannya dengan Tingkat Kesehatan dan Prestasi Belajar. *Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia*. Fkip Universitas Terbuka 1 (3):315-321.
- Swarjana ketut. 2022. *Populasi-sampel, teknik sampling dan bias dalam penelitian*. Andi. Yogyakarta. hal 160.
- Syafrul, dan Danillah. 2013. Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Autis Dalam Berhitung Melalui Keterampilan Meronce. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2 (9): 40-43.
- Ulfa, M. 2015. *Beragam Gangguan Paling Sering Menyerang Anak*, FlashBooks. yogyakarta. Hal 144.
- Utama, J. L, dan B. D. Y. Demu. 2021. *Dasar-dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah*. Media Sains Indonesia. Bandung. Hal 299.
- Wahjuni, S, E. dan H. F Mujahidah. 2022 Pengaruh Pola Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMPN 5 Gresik. *Jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan*, 10 (01):145-153.
- Wahyudi, A. Agus, Hidayat dan Taufiq. 2017. *Skripsi Pengaruh Tingkat Konsentrasi terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Putra SMK Negeri 2 Pamekasan Tahun Pelajaran 2017/2018*.
- Yazid, S. Kusmaedi. dan S. T. Paramitha. 2014. Hubungan Konsentrasi dengan Hasil Pukulan Jarak Jauh *Long Sroke* pada Cabang Olahraga *Woodball*". *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*. 1 (1) Hal:50-54.
- Yunita, W. R., dan T. S Nindya. 2017. Hubungan Kebiasaan Sarapan Kecukupan Zat Gizi dan Cairan dengan Daya Konsentrasi Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*. 12(2): 123-128.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden

#### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : .....

Kelas : .....

Alamat : .....

No Hp : .....

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Aulia syafitri (NIM 11980324423) Mahasiswa Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul penelitian “Hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa di SMAN 3 Kota Pekanbaru”. Data yang didapat digunakan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan kiranya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, Februari 2023

(.....)

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 2. Kuesioner Sarapan

**LEMBAR KUESIONER**

**A. IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :  
 Jenis Kelamin :  
 Kelas :  
 Usia :  
 Tempat dan Tanggal Lahir :  
 Alamat :

**B. Kebiasaan Sarapan**

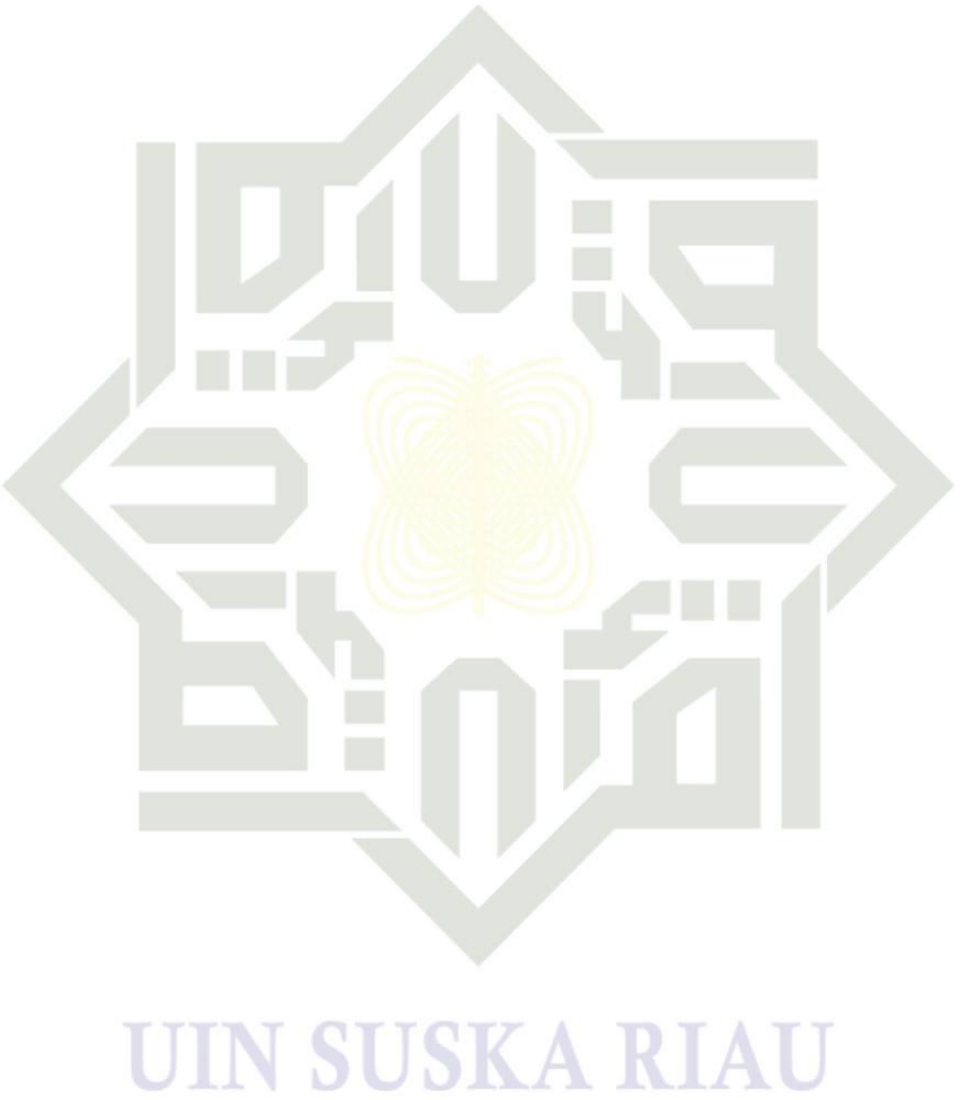
Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini dengan melingkari (O) atau memberi tanda silang (x) pada point yang dianggap mewakili kebiasaan sarapan!

Kuisisioner Kebiasaan Sarapan	
No.	Pertanyaan
1.	Apakah sebelum pembelajaran di sekolah kamu selalu makan pagi/ sarapan? a. Ya b. Tidak
2.	Berapa kali kamu sarapan dalam seminggu ? a. Tidak pernah                      b. 1-3 kali seminggu c. 4-5 kali seminggu                d. 6-7 kali seminggu
3.	Kapan biasanya kamu sarapan ? a. Sebelum berangkat ke sekolah b. Saat istirahat c. Setelah sampai di sekolah, sebelum masuk kelas
4.	Jam berapa kamu biasanya sarapan ? a. ≤ 09.00 b. > 09.00
5.	Dimana biasanya kamu sarapan ? a. Rumah b. Sekolah c. Perjalanan
6.	Bagaimana kamu memperoleh sarapan ? a. Disiapkan di rumah b. Beli di warung c. Lainnya . . . . .

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7.	Jika biasanya tidak sarapan, apa alasannya ? a. Malas b. Tidak tersedia makan c. Tidak sempat d. Tidak biasa e. Lainnya, . . . . .
----	---



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 3. Formulir Food Recall

**TABEL FOOD RECALL 1 X SARAPAN**

Nama :  
 Alamat :  
 TEL :  
 Umur :

Apakah anda sarapan hari ini ? Ya  Tidak

Isilah dengan waktu, jenis atau macam makanan saat sarapan dengan satuan URT.

Formulir recall untuk sarapan dapat dilihat pada Tabel berikut

Tabel Formulir Food Recall Makan Pagi

Waktu sarapan	Nama Makanan (menu)	Bahan Makanan		
		Jenis bahan makanan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi				

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampran 4. Identitas Responden

**INSTRUMEN PENELITIAN**

**A. IDENTITAS RESPONDEN**

1. Nama : .....
2. Jenis Kelamin : Laki-laki  Perempuan
3. Kelas : .....
4. Tempat Tanggal Lahir : .....
5. Alamat : .....
6. Pekerjaan orang tua
  - a. Ayah : .....
  - b. Ibu : .....
7. No.Tlp/Hp : .....

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.




Lampiran 5. Formulir Tes *Grid Concentration*


**LEMBAR GRID CONCENTRATION TEST**

Nama : .....  
 Umur : .....  
 Jenis Kelamin : .....  
 Kelas : .....

Cara melakukan tes

1. Temukan angka 00, 01, 02, 03 dan seterusnya sampai 99 secara berurutan dan tidak boleh ada yang dilewati

2. Jika sudah menemukan angka silahkan coret atau lingkarin, contoh 

Atau  Coret angka mulai dari 00 dan seterusnya

3. Waktu yang diberikan untuk tes ini hanya 1 menit

Tabel. Grid Concentration Test

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

Sumber: Maksum, 2011: 155

Penilaian Skor Tes Konsentrasi

No	Kriteria	Keterangan
1	21 keatas	Sangat baik
2	16- 20	Baik
3	11- 15	Sedang
4	6- 10	kurang
5	5 kebawah	Sangat kurang

Sumber: Maksum, 2011: 155

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 6. Kuesioner Skrining Gejala Cemas dan Depresi

**Instrumen Skrining Gejala Cemas & Depresi SRQ 20**

Untuk lebih mengerti kondisi kesehatan mental anda, kami akan mengajukan 20 pertanyaan yang berhubungan dengan keluhan atau masalah tertentu yang mungkin dirasakan mengganggu anda selama 30 hari terakhir. Jika keluhan/masalah yang ditanyakan sesuai dengan keadaan anda, maka berilah tanda ceklis (V) pada kolom ya, sedangkan jika keluhan/masalah tersebut tidak dialami atau tidak sesuai dengan keadaan anda maka berilah tanda ceklis (V) pada kolom tidak.

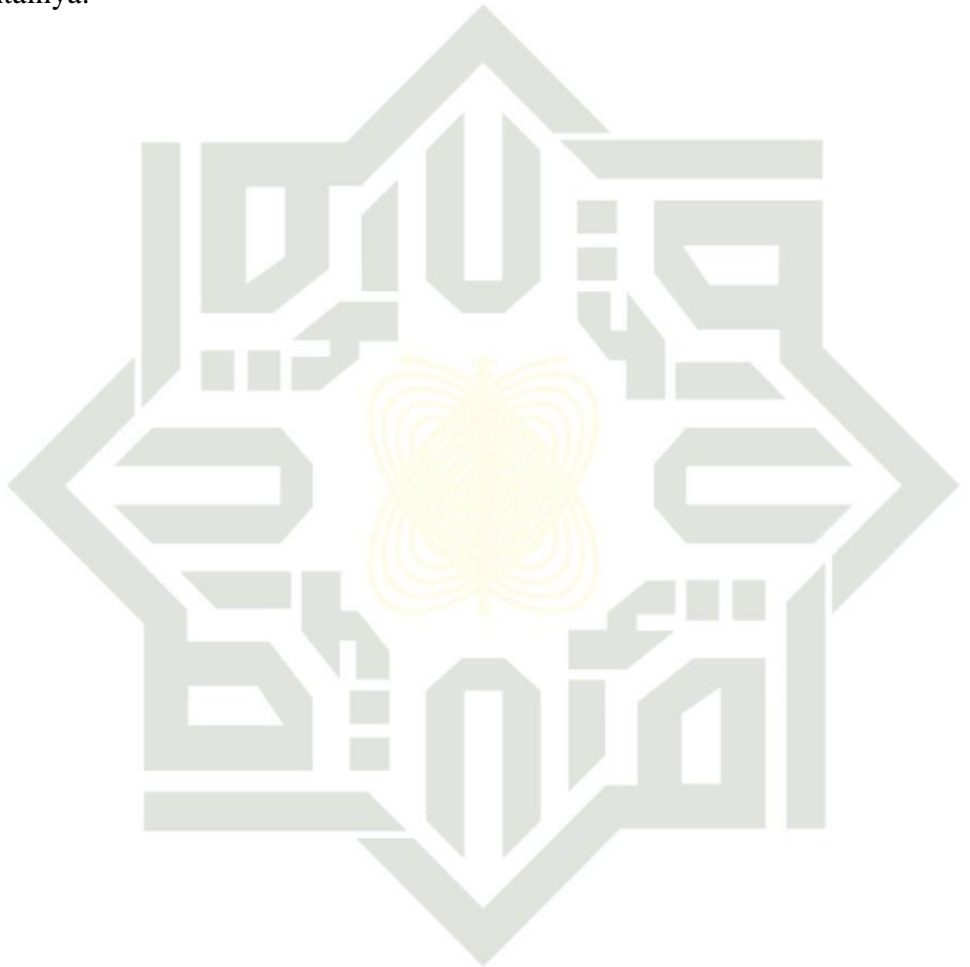
No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah anda sering menderita sakit kepala?		
2.	Apakah anda tidak nafsu makan?		
3.	Apakah anda sulit tidur?		
4.	Apakah anda mudah takut?		
5.	Apakah anda merasa tegang, cemas, atau khawatir?		
6.	Apakah tangan anda gemetar?		
7.	Apakah pencernaan anda terganggu /buruk?		
8.	Apakah anda sulit untuk berfikir jernih?		
9.	Apakah anda merasa tidak bahagia?		
10.	Apakah anda menangis lebih sering?		
11.	Apakah anda merasa sulit menikmati kegiatan sehari-hari?		
12.	Apakah anda sulit untuk mengambil keputusan?		
13.	Apakah pekerjaan anda sehari- hari terganggu?		
14.	Apakah anda tidak mampu melakukan hal- hal yang bermanfaat dalam hidup?		
15.	Apakah anda kehilangan minat pada berbagai hal?		
16.	Apakah anda merasa tidak berharga?		
17.	Apakah anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup?		

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

18.	Apakah anda merasa lelah sepanjang waktu?		
19.	Apakah anda mengalami rasa tidak enak di perut?		
20.	Apakah anda mudah lelah?		

Jika responden menjawab iya lebih dari 8 dapat dikategorikan terganggu kesehatan mentalnya.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran 7. Surat Izin Riset

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**كلية علوم الزراعة والحيوان**  
**FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE**  
 Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po.Box.1400  
 Telp. (0761) 562051 Fax. (0761) 262051,562052 Website : <https://fpp.uin-suska.ac.id>

UIN SUSKA RIAU

Nomor : B.7134/F.VIII/PP.00.9/12/2022 Pekanbaru, 08 Desember 2022  
 Sifat : Penting 13 Jumadil Awal 1444  
 Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth:  
**Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu**  
**Satu Pintu Provinsi Riau**  
 di Tempat

**Assalamu'alaikum Wr.Wb,**

Bersama ini disampaikan kepada Saudara bahwa, Mahasiswa yang namanya di bawah ini :

Nama : Aulia Syafitri  
 NIM : 11980324423  
 Semester : VII (Tujuh)  
 Prodi : Gizi  
 Fakultas : Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: **"Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Siswi SMAN 3 Pekanbaru"**.

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Jl Jend Sudirman No. 462 Jadirejo, Kec. Sukajadi Kota Pekanbaru 28126, sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat permohonan izin riset ini disampaikan. Atas kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb**



**Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc.**  
 NIP. 19710706 200701 1 031

CS Dipindai dengan CamScanner



Lampiran 8. Surat Izin Uji Etik

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
PROGRAM STUDI GIZI  
Jl. HR Soebrantas Km 15,5 Tuah Madani Tampan Kota Pekanbaru Riau. 28293**

Nomor : 187/F.VIII/PP.00.9/GIZ.1/12/2022  
Perihal : Izin Uji Etik

Pekanbaru, 22 Desember 2022

Kepada Yth,  
**Bapak/Ibu Ketua Komite Etik**  
STikes Payung Negeri Pekanbaru  
di-  
Pekanbaru

Dengan hormat,

Semoga Bapak/Ibu selalu diberikan kekuatan dan kesehatan oleh Tuhan yang Maha Esa dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa/I Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu Ketua Komite Etik agar dapat memberikan izin untuk melakukan Uji Etik Penelitian sebagai berikut :

Nama : Aulia Syafitri  
NIM : 11980324427  
Prodi : Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau  
Judul Penelitian : Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa/Siswi IPA di SMA 3 Pekanbaru.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.



Ketua Prodi Gizi

**drg. Nur Pelita Sembiring, MKM**  
NIP. 196909181999032002

## Lampiran 9. Surat Layak Etik

©Ha

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU  
COLLEGE OF HEALTH PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Jl. Tantama No. 6 Labuh Baru – Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Website :[www.payungnegeri.ac.id](http://www.payungnegeri.ac.id) Email : [info@payungnegeri.ac.id](mailto:info@payungnegeri.ac.id)

**KETERANGAN LAYAK ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"**

No.017/STIKES PN/KEPK/II/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

**Peneliti utama** : Aulia Syafitri  
*Principal In Investigator*

**Nama Institusi** : Universitas islam negeri sultan syarif  
kasim riau

*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap konsentrasi Belajar Siswa / Siswi SMAN 3 Pekanbaru"**

*"Effect of breakfast on student learning concentration at SMAN 3 Pekanbaru"*


Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 06 Februari 2023 sampai dengan tanggal 06 Februari 2024.

*This declaration of ethics applies during the period February 06, 2023 until February 06, 2024.*



February 06, 2023  
Professor and Chairperson,  
  
Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

Lampiran 10. Surat Izin Dinas penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu satu pintu Provinsi Riau

@ria

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau  
 Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 PEKANBARU  
 Email : [dpmpstp@riau.go.id](mailto:dpmpstp@riau.go.id)

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/53677  
 TENTANG



**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau, Nomor : B.7134/F.VIII/PP.00.9/12/2022 Tanggal 8 Desember 2022**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

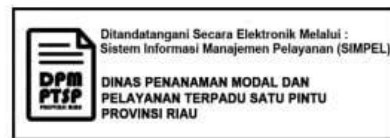
- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1. Nama              | : AULIA SYAFITRI   |
| 2. NIM/ KTP          | : 11980324423  |
| 3. Program Studi     | : ILMU GIZI  |
| 4. Jenjang           | : S1   |
| 5. Alamat            | : JALAN MELATI GANG SURYA 2 NOMOR 48 KECEMATAN SUKAJADI<br>KELURAHAN SUKAJADI KOTA PEKANBARU |
| 6. Judul Penelitian  | : PENGARUH SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA/SISWI<br>SMAN 3 PEKANBARU              |
| 7. Lokasi Penelitian | : SMAN 3 PEKANBARU   |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
 Pada Tanggal : 10 Februari 2023



**Tembusan :**  
**Disampaikan Kepada Yth :**

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau
3. Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

Lampiran 11. Surat Izin Dinas pendidikan Provinsi Riau



PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
**DINAS PENDIDIKAN**  
 JL. CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 076122552 / 076121553  
 PEKANBARU

Pekanbaru, 13 FEB 2023

Nomor : 800/Disdik/1.3/2023/ 3041  
 Sifat : Biasa  
 Lampiran :  
 Hal : Izin Riset / Penelitian

Kepada  
 Yth. Kepala SMAN 3 PEKANBARU

di-  
 Tempat

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/53677 Tanggal 8 Desember 2022 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : AULIA SYAFITRI  
 NIM/KTP : 11980324423  
 Program Studi : ILMU GIZI  
 Jenjang : S1  
 Alamat : JALAN MELATI GANG SURYA 2 NOMOR 48 KECAMATAN SUKAJADI KELURAHAN SUKAJADI KOTA PEKANBARU  
 Judul Penelitian : PENGARUH SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA/SISWI SMAN 3 PEKANBARU  
 Lokasi Penelitian : SMAN 3 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian.
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
 PROVINSI RIAU  
 SEKRETARIS



TATI LINDAWATI, SH, M.SI  
 Pembina Tingkat I (IV/b)  
 NIP. 19660717 198603 2 002


Tembusan:  
 Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Lampiran 12. Surat Keterangan Sekolah SMAN 3 Pekanbaru




**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 3 PEKANBARU**

Alamat : Jl. Yos Sudarso No. 100A Rumbai  
 E-Mail : [smn3pku@gmail.com](mailto:smn3pku@gmail.com)  
 NSS : 301096006003

Kode Pos : 28265  
 Telp. / Fax : 0761-51007 / 0761-554368  
 NPSN : 10404014

AKREDITASI: A



---

**SURAT KETERANGAN**  
 Nomor : 422/SMAN.03/2023/0106

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 3 Pekanbaru dengan ini menerangkan bahwa :

NAMA	: AULIA SYAFITRI
NIM	: 11980324423
Program Studi	: ILMU GIZI
Judul	: <b>PENGARUH SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA/SISWI SMAN 3 PEKANBARU</b>

Adalah benar telah melaksanakan Penelitian / Riset di SMA Negeri 3 Pekanbaru dengan judul diatas pada Bulan Februari 2023.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 01 Maret 2023  
 Kepala Sekolah



**HURDANI, S.Pd, MM**  
 NIP. 19640501 198803 1 019

CS Dipindai dengan CamScanner

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Catatan: Penjelasan kuesioner penelitian kepada responden dan pengisian kuesioner penelitian

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Catatan: Penjelasan kuesioner penelitian kepada responden dan pengisian kuesioner peneliti

Lampiran 14. Master Data

Nama	Hak	Kelas	Umur	Energi	Recall sarapan	Sarapan	Nilai Konsentrasi	Skor tes konsentrasi	Konsentrasi	Nilai Kecemasan	Kecemasan mental
AL	P	XI IPS 6	17	710,4	29%	Baik	0-12	Sedang	Baik	6	Tidak terganggu
NP	P	XI IPS 6	17	1414,9	67%	Tidak baik	0-13	Sedang	Baik	7	Tidak terganggu
UR	R	XI IPS 6	17	227,4	9%	Tidak baik	0-7	Kurang	Kurang baik	5	Tidak terganggu
SA	R	XI IPS 6	16	377,5	18%	Baik	0-11	Sedang	Baik	9	Tergangu
NR	R	XI IPS 6	16	310	15%	Baik	0-14	Sedang	Baik	11	Tergangu
NR	R	XI IPS 6	16	308,7	15%	Baik	0-17	Baik	Baik	13	Tergangu
JS	R	XI IPS 6	16	0	0%	Tidak baik	0-4	Sangat kurang	Kurang baik	10	Tergangu
MM	R	XI IPS 6	16	573,9	21%	Baik	0-11	Sedang	Baik	4	Tidak terganggu
AA	R	XI IPS 6	16	731,8	27%	Baik	0-22	Sangat baik	Baik	9	Tergangu
ZG	R	XI IPS 6	16	982,4	46%	Tidak baik	0-21	Sangat baik	Baik	5	Tidak terganggu
AA	L	XI IPS 6	18	0	0	Tidak baik	0-8	Kurang	Kurang baik	3	Tidak terganggu
SE	P	XI IPS 6	17	306	14	Tidak baik	0-7	Kurang	Kurang baik	2	Tidak terganggu
TM	P	XI IPS 6	16	894,2	42	Tidak baik	0-2	Sangat baik	Baik	4	Tidak terganggu
JM	P	XI IPS 6	18	0	0	Tidak baik	0-9	Kurang	Kurang baik	6	Tidak terganggu
C	L	X2	16	188,8	7	Tidak baik	0-4	Sangat kurang	Kurang baik	8	Tidak terganggu
A	L	X2	15	614	23	Baik	0-16	Baik	Baik	7	Tidak terganggu
M	P	X2	15	425,9	20	Baik	0-12	Sedang	Baik	12	Tergangu
RM	P	X2	16	250	9	Tidak baik	0-6	Kurang	Kurang baik	3	Tidak terganggu
QM	P	X2	16	244,6	11	Tidak baik	0-8	Kurang	Kurang baik	15	Tergangu
FY	P	X2	16	240,1	11	Tidak baik	0-9	Kurang	Kurang baik	11	Tergangu
AN	P	X2	15	177,5	8	Tidak baik	0-10	Kurang	Kurang baik	10	Tergangu
YR	P	X2	15	0	0	Tidak baik	0-5	Sangat kurang	Kurang baik	9	Tergangu
BL	P	X2	15	250	12	Tidak baik	0-6	Kurang	Kurang baik	6	Tidak terganggu
SS	P	X2	16	299,2	14	Tidak baik	0-4	Sangat kurang	Kurang baik	10	Tergangu
RS	P	X2	16	207	10	Tidak baik	0-7	Kurang	Kurang baik	17	Tergangu
NF	P	X2	16	773,9	36	Tidak baik	0-21	Sangat baik	Baik	6	Tidak terganggu
SA	R	XI IPA 6	16	476,5	22	Baik	0-15	Sedang	Baik	13	Tergangu
B	R	XI IPA 6	16	389,8	18	Baik	0-13	Sedang	Baik	5	Tidak terganggu
RK	R	XI IPA 6	16	461	21,7	Baik	0-23	Sangat baik	Baik	12	Tergangu

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumbernya.
2. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipannya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



No.	Nama	JK	Kelas	Umur	Energi	Recall sarapan	Sarapan	Nilai Konsentrasi	Skor tes konsentrasi	Konsentrasi	Nilai Kecemasan	Kecemasan mental
3	Djarang Cipta Diindungi	AS	XI IPA 6	16	41,5	7	Tidak baik	0-24	Sangat baik	Baik	13	Tergangu
3	Djarang Cipta Diindungi	H	XI IPA 6	16	638,3	30	Baik	0-17	Baik	Baik	7	Tidak terganggu
3	Djarang Cipta Diindungi	SM	XI IPA 6	17	773,9	36	Tidak baik	0-11	Sedang	Baik	12	Tergangu
3	Djarang Cipta Diindungi	H	XI IPA 6	16	449,1	17	Baik	0-18	Baik	Baik	7	Tidak terganggu
3	Djarang Cipta Diindungi	IP	XI IPA 6	17	460,9	17	Baik	0-24	Sangat baik	Baik	5	Tidak terganggu
3	Djarang Cipta Diindungi	SA	XI IPA 6	16	360,4	11	Tidak baik	0-2	Sangat kurang	Kurang baik	13	Tergangu
3	Djarang Cipta Diindungi	ND	XI IPA 6	16	126,9	6	Tidak baik	0-3	Sangat kurang	Kurang baik	19	Tergangu
3	Djarang Cipta Diindungi	SA	XI IPA 6	16	188,1	9	Tidak baik	0-5	Sangat kurang	Kurang baik	11	Tergangu
3	Djarang Cipta Diindungi	MA	XI IPA 6	17	380,5	18	Baik	0-18	Baik	Baik	2	Tidak terganggu
3	Djarang Cipta Diindungi	S	XI IPA 6	17	484,4	23	Baik	0-25	Sangat baik	Baik	16	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	SM	XI IPS 6	18	428,1	20	Baik	0-10	Kurang	Kurang baik	14	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	NS	XI IPS 6	16	0	0	Tidak baik	0-12	Sedang	Baik	19	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	NS	XI IPS 6	17	0	0	Tidak baik	0-19	Baik	Baik	3	Tidak terganggu
4	Djarang Cipta Diindungi	AYP	XI IPS 6	17	382,5	14	Tidak baik	0-18	Baik	Baik	7	Tidak terganggu
4	Djarang Cipta Diindungi	NG	X2	16	437,7	21	Baik	0-4	Sangat kurang	Kurang baik	18	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	HA	X2	15	255,4	10	Tidak baik	0-15	Sedang	Baik	3	Tidak terganggu
4	Djarang Cipta Diindungi	R	X2	15	158,6	7	Tidak baik	0-14	Sedang	Baik	12	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	MF	X2	16	272,1	10	Tidak baik	0-13	Sedang	Baik	11	Tergangu
4	Djarang Cipta Diindungi	SZ	XI IPA 6	16	271	13	Tidak baik	0-17	Baik	Baik	5	Tidak terganggu
49	Djarang Cipta Diindungi	AO	XI IPA 6	17	164,7	6	Tidak baik	0-14	Sedang	Baik	5	Tidak terganggu
50	Djarang Cipta Diindungi	T	XI IPA 6	17	160,4	8	Tidak baik	0-16	Baik	Baik	3	Tidak terganggu
51	Djarang Cipta Diindungi	TH	XI IPA 6	17	244,6	9	Tidak baik	0-13	Sedang	Baik	2	Tidak terganggu
52	Djarang Cipta Diindungi	IY	XI IPA 6	16	188,1	7	Tidak baik	0-20	Baik	Baik	15	Tergangu
53	Djarang Cipta Diindungi	NN	XI IPA 6	16	0	0	Tidak baik	0-19	Baik	Baik	4	Tidak terganggu
54	Djarang Cipta Diindungi	AP	XI IPA 6	16	225,2	11	Tidak baik	0-18	Baik	Baik	5	Tidak terganggu

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

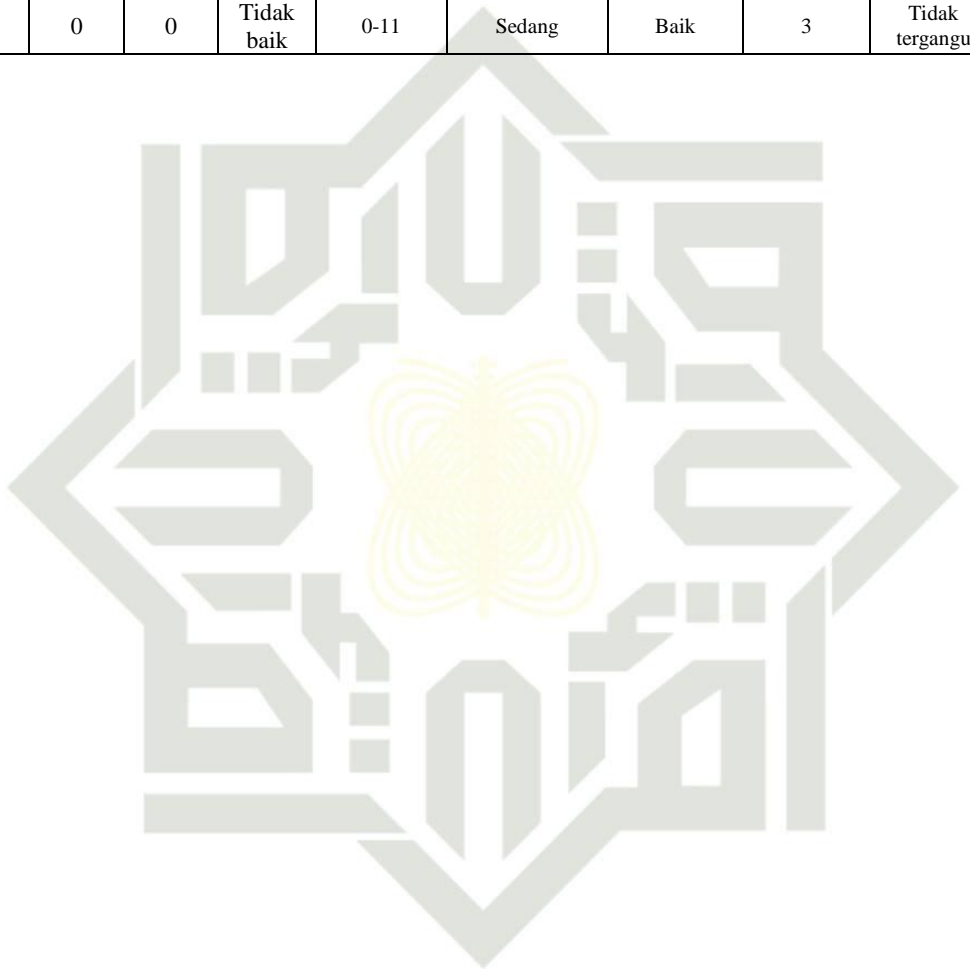
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.



No	Nama	Id	Kelas	Umur	Energi	Recall sarapan	Sarapan	Nilai Konsentrasi	Skor tes konsentrasi	Konsentrasi	Nilai Kecemasan	Kecemasan mental
5	Djara C	Hak Cipta	XI IPA 6	17	268,9	13	Tidak baik	0-22	Sangat baik	Baik	11	Tergangu
5	Djara N	Hak Cipta	XI IPS 6	17	270,2	10	Tidak baik	0-11	Sedang	Baik	4	Tidak terganggu
5	Djara AA	Hak Cipta	XI IPS 6	17	241,5	11	Tidak baik	0-13	Sedang	Baik	6	Tidak terganggu
5	Djara MH	Hak Cipta	X2	16	88,8	3	Tidak baik	0-12	Sedang	Baik	10	Tergangu
5	Djara AC	Hak Cipta	X2	15	570	26,8	Baik	0-16	Baik	Baik	4	Tidak terganggu
5	Djara RP	Hak Cipta	X2	16	0	0	Tidak baik	0-11	Sedang	Baik	3	Tidak terganggu

3. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran 15. Analisis Data

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 Tahun	8	13,3	13,3	13,3
	16 Tahun	33	55,0	55,0	68,3
	17 Tahun	16	26,7	26,7	95,0
	18 Tahun	3	5,0	5,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Jenis Kelamin * Kelas Crosstabulation						
			Kelas			Total
			XI IPS	X2	XI IPA	
Jenis Kelamin	Laki-laki	Count	4	7	6	17
		% within Kelas	28,6%	36,8%	22,2%	28,3%
	Perempuan	Count	10	12	21	43
		% within Kelas	71,4%	63,2%	77,8%	71,7%
Total		Count	14	19	27	60
		% within Kelas	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Sarapan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	19	31,7	31,7	31,7
	Tidak Baik	41	68,3	68,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Konsentrasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	41	68,3	68,3	68,3
	Kurang Baik	19	31,7	31,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Sarapan * Konsentrasi Crosstabulation					
			Konsentrasi		Total
			Baik	Kurang Baik	
Sarapan	Baik	Count	17	2	19
		% within Sarapan	89,5%	10,5%	100,0%
	Tidak Baik	Count	24	17	41
		% within Sarapan	58,5%	41,5%	100,0%
Total		Count	41	19	60
		% within Sarapan	68,3%	31,7%	100,0%

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5,743 <sup>a</sup>	1	,017		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,402	1	,036		
Likelihood Ratio	6,496	1	,011		
Fisher's Exact Test				,019	,015
Linear-by-Linear Association	5,647	1	,017		
N of Valid Cases	60				
a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6,02.					
b. Computed only for a 2x2 table					

Kesehatan Mental dan Kecemasan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terganggu Kesehatan Mental	28	46,7	46,7	46,7
	Tidak Terganggu Kesehatan mental	32	53,3	53,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Kesehatan Mental dan Kecemasan * Konsentrasi Crosstabulation					
			Konsentrasi		Total
			Baik	Tidak Baik	
Kesehatan Mental dan Kecemasan	Terganggu Kesehatan Mental	Count	16	12	28
		% within Konsentrasi	39,0%	63,2%	46,7%
	Tidak Terganggu Kesehatan mental	Count	25	7	32
		% within Konsentrasi	61,0%	36,8%	53,3%
Total		Count	41	19	60
		% within Konsentrasi	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,038 <sup>a</sup>	1	,081		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2,146	1	,143		
Likelihood Ratio	3,056	1	,080		
Fisher's Exact Test				,101	,071
Linear-by-Linear Association	2,988	1	,084		
N of Valid Cases	60				
a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8,87.					
b. Computed only for a 2x2 table					