

SKRIPSI

**HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI SISWA
SMP NEGERI 4 SENTAJO RAYA**

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.



Oleh :

**MUHAMMAD IQBAL
11980314470**

UIN SUSKA RIAU

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

SKRIPSI

**HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI SISWA
SMP NEGERI 4 SENTAJO RAYA**



Oleh :

**MUHAMMAD IQBAL
11980314470**

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

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



HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya
Nama : Muhammad Iqbal
NIM : 11980314470
Program Studi : Gizi

Menyetujui,
 Setelah diujikan pada Tanggal 26 September 2023

Pembimbing I

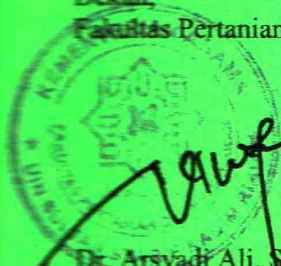
Yani Ermalia, Dietisien, M.P.H
 NIP. 19850615 201903 2 007

Pembimbing II

Dr. Fahrir Aulawi, S.Pt, M.Si
 NIP. 19740714 200801 1 007

Mengetahui,

Dekan
Facultés Pertanian dan Peternakan



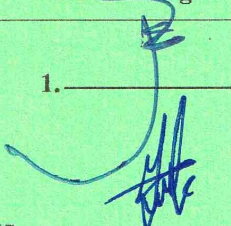
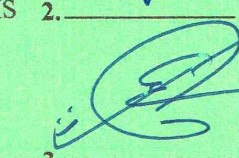
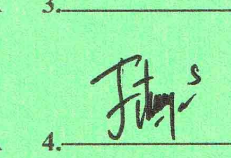
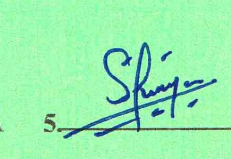
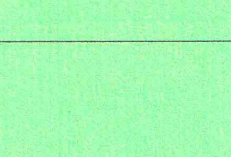
Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr, Sc
 NIP. 19710706 200701 1 031

Ketua,
Program Studi Gizi

drg. Nur Pelita Sembiring, M.KM
 NIP. 19690918 199903 2 002

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan didepan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 26 September 2023

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	drg. Nur Pelita Sembiring, M.KM	KETUA	1. 
2.	Yanti Emalia, S.Gz., Dietisien., M.P.H	SEKRETARIS	2. 
3.	Dr. Tahrir Aulawi, S. Pt., M.Si	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 : Muhammad Iqbal
NIM : 11980314470
Tempat/Tanggal Lahir : Kuansing / 20 November 2000
Fakultas : Pertanian dan Peternakan
Prodi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Skripsi dengan judul 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, November 2023
Yang membuat pernyataan



Muhammad Iqbal
NIM : 11980314470

- 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 kehadirat Allah *Subhanahu Wata'ala* sang pencipta langit dan bumi serta segala isinya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis dan tidak lupa pula sholawat serta salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad Sallallahu'alaihi wasalam, yang telah membawa manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan pengetahuan yang luar biasa seperti ini.

Syukur Alhamdulillah Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh rasa haru dan 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. Kedua Orang tua saya yaitu ayahanda tercinta Mulyono dan Ibu Sri Bakti Astuti tercinta yang selalu memberikan motivasi dan memberikan kasih sayang yang begitu tulus serta selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah dan proses saya. Abang dan Adik yang saya 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.
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc. selaku Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Bapak Dr. Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak 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.
4. Ibu drg. Hj. Nurpelita Sembiring, M.K.M. selaku ketua jurusan gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri 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.

5. Ibu Yanti Ernalina, Dietisien, M.P.H, dan Bapak Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt. M.Si. selaku dosen pembimbing pertama dan kedua yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan, dorongan, masukan, dan kritik serta saran yang sangat bermanfaat.
 6. 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.
 7. Dosen-dosen 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 saya semasa kuliah.
 8. Rekan-rekan seperjuangan Prodi Gizi angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan, semangat, dan kenangan indah selama masa perkuliahan.
 9. Kepala sekolah, Guru, beserta Staf jajarannya yang telah mengizinkan saya melaksanakan penelitian di sekolah SMP Negeri 04 Sentajo Raya
 10. Siswa dan siswi SMP Negeri 04 Sentajo Raya 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 Rabbalalamin.

Pekanbaru, November 2023

UIN SUSKA RIAU

Penulis

RIWAYAT HIDUP



Muhammad Iqbal dilahirkan di Kuansing Kelurahan Geringging Baru, Kecamatan Benai, Kabupaten Kuantan Singingi, pada Tanggal 20 November 2000. Lahir dari pasangan Mulyono dan Sri Bakti Astuti, yang merupakan anak ke-2 dari 3 bersaudara. Masuk sekolah dasar di SDN 011 Kecamatan Benai dan tamat pada Tahun 2013.

Pada tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di SMP Negeri 04 Sentajo Raya dan tamat pada tahun 2016. Pada tahun 2016 melanjutkan pendidikan ke Sekolah lanjutan tingkat atas di SMA Negeri 02 Sentajo Raya dan tamat pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 melanjutkan kuliah dengan jalur SBMPTN dan diterima menjadi Mahasiswa pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Selama masa kuliah penulis pernah menjadi anggota Organisasi Green Agriculture Community (GAC) periode 2019/2020. Menjadi anggota Organisasi Himpunan Mahasiswa Prodi Gizi (HMPS Gizi) periode 2020/2021 dan periode 2021/2022. Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kecamatan Kampar Kiri, Desa Sungai Geringging selama kurang lebih 2 bulan, yaitu pertengahan Bulan Juli hingga awal September 2022.

Pada Bulan September sampai dengan Oktober 2022 melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Dietetik di RSUD Bengkalis, Kabupaten Bengkalis, Riau. Pada Bulan Oktober sampai dengan November 2022 melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Gizi Masyarakat di Puskesmas Langsung, Kota Pekanbaru. Pada Bulan November sampai dengan Desember 2022 melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Gizi Institusi di Hotel Royal Asnof, Pekanbaru.

Pada Tanggal 17 Januari 2023 penulis melaksanakan Ujian Seminar Proposal dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji. Pada Tanggal 10 sampai 13 Maret 2023 Penulis melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 04 Sentajo Raya Kabupaten Kuantan Singingi. Pada Tanggal 04 Juli 2023 penulis melaksanakan Ujian Skripsi Seminar Hasil dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji. Pada Tanggal 26 September 2023 penulis melaksanakan Ujian Sidang Skripsi Munaqasah dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji, Serta menyandang Gelar Sarjana Gizi (S.Gz).

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. 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

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah *Subhanahu Wata'ala* sang pencipta langit dan bumi serta segala isinya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa pula sholawat dan salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad Sallallahu'alaihi wasalam, yang telah membawa manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan pengetahuan yang luar biasa seperti ini.

Selama proses penulisan skripsi yang berjudul “**Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya**” penulis mengalami beberapa hambatan maupun kesulitan yang terkadang membuat penulis berada pada titik terlemah dalam dirinya. Adanya doa restu dari orang tua yang tak pernah putus menjadikan penulis semangat untuk melanjutkan penulisan skripsi.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang. Selanjutnya dengan segala kerendahan hati penulis ucapkan terima kasih kepada : Ibu Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H sebagai dosen pembimbing 1, Bapak Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt, M.Si sebagai dosen pembimbing 2. Penulis juga menyampaikan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada orang tua, serta kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, 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.

Pekanbaru, November 2023

Penulis

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI SISWA SMP NEGERI 04 SENTAJO RAYA

Muhammad Iqbal (11980314470)
Di bawah bimbingan Yanti Ernalina dan Tahrir Aulawi

INTISARI

Sarapan pagi merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang untuk memulai segala aktivitasnya sepanjang hari. Sarapan pagi adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan sejak bangun pagi sampai pukul 9.00 yang bertujuan untuk memenuhi 15-30% asupan zat gizi harian sebagai bagian dari gizi seimbang dalam rangka untuk mewujudkan hidup sehat, bugar, aktif, dan cerdas. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya. Penelitian dilaksanakan pada bulan maret 2023 di Kabupaten Kuantan Singingi yaitu SMP Negeri 04 Sentajo Raya. Metode penelitian menggunakan desain penelitian *cross sectional* karena pengumpulan variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *food recall* dan *grid concentration test*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya yang berjumlah 184 orang dengan 70 sampel yang diambil menggunakan teknik *Proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang melakukan sarapan 35,7%, responden tidak sarapan 64,3%, responden dengan konsentrasi kurang baik 65,7%, dan responden dengan konsentrasi baik 34,3%. Hasil uji *chi-square* penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara sarapan dengan konsentrasi dengan nilai *p-value* 0,01 (*p-value* <0,05). Kesimpulan menunjukkan terdapat hubungan sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya.

Kata kunci: gizi, konsentrasi, pendidikan, sarapan, siswa

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.

THE CORRELATION BETWEEN BREAKFAST WITH THE STUDENTS CONCENTRATION AT SMPN 04 SENTAJO RAYA

Muhammad Iqbal (11980314470)

Under guidance by Yanti Ernalia and Tahrir Aulawi

ABSTRACT

Breakfast was very important for everyone to start all their activities throughout the day. Breakfast was an activity of eating and drinking which is carried out from getting up in the morning until 9.00 which aims to fulfill 15-30% of the daily nutrient intake as part of balanced nutrition in order to live a healthy, fit, active and smart life. The aim of this study was to determine the correlation between breakfast with the student concentration at SMPN 04 Sentajo Raya. This research was carried out in March 2023 at kuantan singingi regency SMPN 04 Sentajo Raya. The research method used a cross sectional design because the collection of independent variables and dependent variables is done at the same time. The research instrument used a questionnaire food recall and grid concentration test. The population of this study were all students of SMPN 04 Sentajo Raya, totaling 184 people and research design with 70 samples taken using the proportional random sampling technique. The results showed that respondents who had breakfast were 35.7%, respondents who did not have breakfast were 64.3%, respondents with poor concentration were 65.7%, and respondents with good concentration were 34.3%. The results of statistical analysis used chi-square showed that there was a significant correlation between breakfast and concentration with p-value 0,001 (p-value <0,05). The conclusion of this research was a significant correlation between breakfast and student concentration at SMPN 04 Sentajo Raya.

Keywords: *breakfast, concentration, school, nutrisionist, students*

DAFTAR ISI

	Halaman
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
1.5. Hipotesis Penelitian	3
II. TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. Siswa	4
2.1. Sarapan	5
2.2. Konsentrasi	9
Kerangka Pemikiran	13
III. METODE PENELITIAN	14
3.1. Tempat dan Waktu	14
3.2. Konsep Operasional	14
3.3. Metode Pengambilan Sampel	14
3.4. Analisis Data	17
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	21
4.1. Gambaran Umum Lokasi	22
4.2. Analisis Karakteristik Responen	22
4.3. Analisis Univariat	24
4.4. Analisis Bivariat	27
V. KESIMPULAN DAN SARAN	31
5.1 Kesimpulan	31
5.2 Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	37

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
Tabel 3.1. Konsep Operasional	14
Tabel 3.2. Cara Pengumpulan Data	17
Tabel 3.3. Rencana Anggaran Biaya	18
Tabel 3.4. Rincian Jadwal Pelaksanaan	19
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	21
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Umur	22
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Kelas	22
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Sarapan	23
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Asupan Sarapan	24
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Konsentrasi	25
Tabel 4.7. Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi	26

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

Gambar	Halaman
Gambar 1.1 Kerangka Pemikiran	5
Gambar 1.2 Kerangka Alur Penelitian	13
Gambar 4.1 SMP Negeri 04 Sentajo Raya.....	20

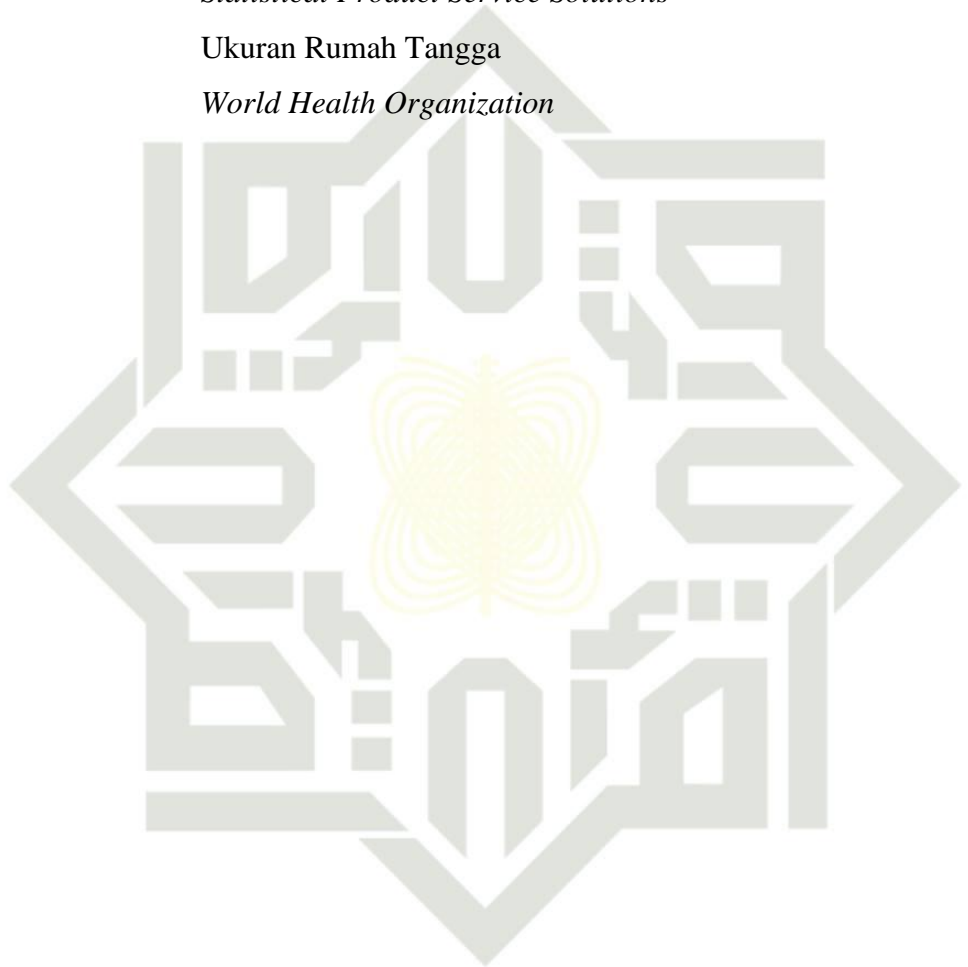


UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Diilindungi 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.

DAFTAR SINGKATAN

AKG	Angka Kecukupan Gizi
KEMENKES RI	Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
RISKESDAS	Riset Kesehatan Dasar
SMP	Sekolah Menengah Pertama
SPSS	<i>Statistical Product Service Solutions</i>
UR	Ukuran Rumah Tangga
WHO	<i>World Health Organization</i>



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Kerangka Alur Penelitian	36
Lampiran 2. Surat Permohonan	37
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden	38
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	39
Lampiran 5. Lembar Kuesioner	40
Lampiran 6. Grid Concentration Test	41
Lampiran 7. Surat Permohonan Izin Riset	43
Lampiran 8. Surat Kode Etik Penelitian	45
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	46
Lampiran 10. Data Mentah Penelitian	47
Lampiran 11. Analisis Data Karakteristik Penelitian	48
Lampiran 12. Analisis Data Sarapan dan Konsentrasi	49
Lampiran 13. Analisis Data Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi	50

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.



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

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sarapan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik pada pagi hari. Sarapan pagi juga mempunyai peranan penting bagi anak sekolah usia 6-16 tahun, terutama untuk pemenuhan gizi di pagi hari, yaitu anak-anak akan memulai suatu kegiatan bersekolah (Seonardi, 2014). Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal dengan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar di sekolah, menurunkan aktivitas fisik, menyebabkan kegemukan pada remaja maupun orang dewasa, dan meningkatkan resiko jajan yang tidak sehat. 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 stamina. Bagi remaja dan orang dewasa sarapan yang cukup terbukti dapat mencegah terjadinya kegemukan. Membiasakan sarapan juga berarti membiasakan disiplin bangun pagi dan beraktivitas pagi dan tercegah dari makan berlebihan pada saat makan siang (Kemenkes, 2014).

Kebiasaan sarapan menjadi masalah pada masa anak dan remaja. Berdasarkan hasil survei konsumsi pangan pada Rikesdas (2018), bahwa 59% anak tidak terbiasa sarapan pagi. Hasil penelitian Putra, dkk (2018) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 56% siswa memiliki frekuensi sarapan jarang, hal ini karena berbagai macam alasan salah satunya terburu-buru saat masuk pagi. Menurut Hardiansyah (2015), 7 dari 10 anak kekurangan gizi sarapan. Menurut Safaryani dan hartini (2017) siswa yang tidak melakukan sarapan pagi yaitu sebanyak (25,0%). Menurut Al-Faida (2021) bahwa 52,8% responden memiliki konsentrasi belajar yang kurang. Menurut Maulidya (2018) menunjukkan hasil bahwa siswa perempuan memiliki konsentrasi buruk lebih banyak (5,4%) daripada siswa laki-laki (2,7%). Hasil penelitian Kurniasih dan Ekayanti (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar 52,8% responden tidak sarapan pagi dan sebagian besar 66,7% responden dengan tingkat konsentrasi belajar kurang baik.

Banyak orang tua yang bekerja dan tidak memiliki waktu untuk menyiapkan sarapan pagi untuk anaknya ke sekolah, sehingga banyak anak

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.

sekolah yang tidak terbiasa makan pagi. Bagi anak, sarapan pagi bisa membantu memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. Melewatkan sarapan dapat menyebabkan seseorang sulit untuk konsentrasi dalam melakukan berbagai aktivitas, hal ini menyebabkan seseorang memiliki keinginan yang lebih tinggi untuk mengonsumsi makanan dengan kadar gula tinggi. Jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama akan beresiko menaikkan berat badan hingga tekanan darah tidak teratur (Kemenkes, 2018). Hal ini diperkuat oleh penelitian Lentini dan Margawati (2014) bahwa yang menunjukkan siswa tidak sarapan akan berdampak pada kemampuan konsentrasi siswa pada saat proses belajar dikelas.

Konsentrasi merupakan sumber kekuatan pikiran dan bekerja berdasarkan daya ingat dalam waktu bersamaan. Apabila konsentrasi seseorang mulai lemah maka akan cenderung mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi masih cukup kuat maka akan mudah mengingat dalam waktu yang sama (Ruslia, 2020). Faktor yang mempengaruhi konsentrasi terdiri dari 1) Faktor internal; faktor psikologi dan faktor fisiologi, dan 2) Faktor eksternal; faktor sosial dan faktor non-sosial. Selain itu, faktor yang mempengaruhi konsentrasi salah satunya adalah rasa lapar. Gejala seperti ini biasanya terjadi pada siswa atau anak yang tidak sarapan pagi sebelum pergi ke sekolah. Bagi anak sekolah, meninggalkan sarapan dapat membawa dampak buruk yakni tidak konsentrasi saat melakukan pembelajaran. Konsentrasi di kelas biasanya buyar karena tubuh tidak memperoleh asupan gizi. akibatnya anak mengalami kekosongan lambung selama 10-11 jam (dihitung saat ia tidur malam). Tidak heran anak akan merasa sangat lapar sekitar pukul 9-10, yang akhirnya kadar gula pada tubuh menurun (Syarifan, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian Arifin dan Prihanto (2015) Terdapat pengaruh yang signifikan nilai sarapan pagi dengan konsentrasi pada siswa SDIT Al-Fathimiyyah Surabaya. Dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, karena nilai r hitung (0,581) > r tabel (0,195). Hasil penelitian Ratna (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola sarapan dengan konsentrasi belajar siswa SMP N 2 Banjar dengan nilai $p = 0,011$ ($p < 0,05$) dan tingkat korelasi sedang dengan nilai $r = 0,464$. Hasil penelitian oleh Lentini (2014)

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.

di SMK Batik 2 Surakarta menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan konsentrasi.

Pemilihan lokasi dilaksanakan di Kabupaten Kuantan Singingi, Kecamatan Sentajo Raya. Berdasarkan penelitian oleh Kristia dkk (2012) di SDN 12 Desa Kari Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi ditemukan 32 dari 83 siswa (38,55%) mempunyai kebiasaan jarang sarapan pagi, dan berdasarkan observasi secara langsung yang dilakukan kepada 10 siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya secara acak ternyata hanya 4 siswa (40%) yang menyatakan sudah sarapan dan 6 siswa (60%) yang menyatakan tidak sarapan. Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian lain menjelaskan masih ada anak usia sekolah yang tidak terbiasa sarapan pagi. Maka dari itu rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana hubungan sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya.

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya.

1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah sebagai sumber informasi ilmiah dan sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya, menambah wawasan, pengetahuan serta pengalaman tentang pengaruh sarapan pagi terhadap konsentrasi belajar siswa.

1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 4 Sentajo Raya.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Siswa

Siswa atau peserta didik menurut ketentuan umum Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang dan jenis pendidikan tertentu. Siswa atau peserta didik adalah orang yang mempunyai pilihan untuk menempuh ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depan (Hidayat dan Abdillah, 2019). Danim (2010) dalam Hidayat dan Abdillah (2019) menjelaskan bahwa peserta didik juga didefinisikan sebagai orang yang belum dewasa dan memiliki sejumlah potensi dasar yang masih perlu dikembangkan. Potensi dimaksud umumnya terdiri dari tiga kategori, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor.

Danim (2010) dalam Hidayat dan Abdillah (2019) menambahkan bahwa terdapat hal-hal esensial mengenai hakikat peserta didik, yaitu : 1) Peserta didik merupakan manusia yang memiliki diferensiasi potensi dasar kognitif atau intelektual, afektif, dan psikomotorik. 2) Peserta didik merupakan manusia yang memiliki diferensiasi periodisasi perkembangan dan pertumbuhan. 3) Peserta didik memiliki imajinasi, persepsi, dan dunianya sendiri, bukan sekedar miniature orang dewasa. 4) Peserta didik memiliki kebutuhan yang harus dipahami, baik jasmani maupun rohani, walaupun dalam hal-hal tertentu banyak kecemasan. 5) Peserta didik merupakan manusia bertanggung jawab bagi proses belajar pribadi dan menjadi pembelajar sejati, sesuai wawasan dengan wawasan pendidikan. 6) Peserta didik memiliki adaptabilitas didalam kelompok sekaligus mengembangkan dimensi individualitasnya sebagai insan yang unik. 7) Peserta didik memerlukan pembinaan dan pengembangan secara individual dan kelompok, serta mengharapkan perlakuan yang manusiawi dari orang dewasa termasuk gurunya. 8) Peserta didik merupakan insan yang visioner dan proaktif dalam menghadapi lingkungannya. 9) Peserta didik sejatinya berperilaku baik dan lingkunganlah yang paling dominan untuk membuatnya lebih baik lagi atau menjadi lebih buruk. 10) Peserta didik merupakan makhluk Tuhan yang memiliki aneka keunggulan, namun tidak akan mungkin bisa berbuat atau dipaksa melakukan sesuatu melebihi kapasitasnya.

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. 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.

Asosiasi Nasional Sekolah Menengah (*Nasional Association of High School*) Amerika Serikat (1995) dalam Hidayat dan Abdillah (2019), “mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan peserta didik dilihat dari dimensi pengembangannya, yaitu sebagai berikut ini: 1) Kebutuhan intelektual, peserta didik memiliki rasa ingin tahu, termotivasi untuk mencapai prestasi saat ditantang dan mampu berpikir untuk memecahkan masalah-masalah yang kompleks. 2) Kebutuhan sosial, peserta didik mempunyai harapan yang kuat untuk memiliki dan dapat diterima oleh rekan-rekan mereka sambil mencari tempatnya sendiri di dunianya. 3) Kebutuhan fisik, peserta didik mempunyai perkembangan pada tingkat yang berbeda dan mengalami pertumbuhan yang cepat dan tidak beraturan. 4) Kebutuhan emosional dan psikologis, peserta didik rentan dan sadar sendiri, dan sering mengalami “mood swings” yang tidak terduga. 5) Kebutuhan moral, peserta didik idealis dan ingin memiliki kemauan kuat untuk membuat dunia dalam dirinya menjadi tempat yang lebih baik. 6) Kebutuhan homodivinus, peserta didik mengakui dirinya sebagai makhluk yang berketuhanan atau insan yang beragama.

Menurut Danim (2010) dalam Hidayat dan Abdillah (2019), karakteristik siswa atau peserta didik adalah totalitas kemampuan dan perilaku yang ada pada pribadi mereka sebagai hasil dari interaksi antara pembawaan dengan lingkungan sosialnya, sehingga menentukan pola aktivitasnya dalam mewujudkan harapan dan meraih cita-cita. Upaya memahami perkembangan siswa atau peserta didik harus disesuaikan dengan karakteristik siswa itu sendiri. Ada empat hal dominan dari karakteristik siswa, yaitu: 1) Kemampuan dasar, seperti kemampuan kognitif atau intelektual, afektif dan psikomotor. 2) Latar belakang kultural local, status sosial, status ekonomi, agama, dan sebagainya. 3) Perbedaan kepribadian, seperti sikap, perasaan, minat, bakat, dan sebagainya. 4) Cita-cita, pandangan ke depan, keyakinan diri, daya tahan, dan sebagainya.

Ketika memasuki satuan pendidikan formal atau sekolah, peserta didik memiliki hak dan kewajiban tertentu. Hak dan Kewajiban itu antara lain diatur dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas yang menyebutkan bahwa setiap peserta didik pada satuan pendidikan berhak: 1) Mendapatkan pendidikan agama sesuai dengan agama yang dianutnya dan diajarkan oleh guru yang seagama. 2)

mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya. 3) Mendapatkan beasiswa bagi siswa yang berprestasi dan orang tuanya tidak mampu membiayai pendidikannya. 4) Pindah ke program pendidikan pada jalur dan satuan pendidikan yang setara.

2. Sarapan

Sarapan pagi merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang untuk memulai segala aktivitasnya sepanjang hari. Sarapan pagi adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan sejak bangun pagi sampai pukul 9.00 yang bertujuan untuk memenuhi 15-30% asupan zat gizi harian sebagai bagian gizi seimbang dalam rangka mewujudkan hidup sehat, bugar aktif, dan cerdas (Pergizi, 2013). Setiap manusia memerlukan sarapan karena dapat menyediakan energi pertama setelah bangun tidur untuk melakukan aktivitas, jika tidak sarapan maka tubuh tidak memiliki energi yang cukup untuk melakukan aktivitas terutama untuk proses belajar karena di malam hari tubuh tetap melakukan oksidasi guna menghasilkan tenaga untuk menggerakkan jantung, paru-paru, dan otot-otot tubuh lainnya. Sarapan merupakan waktu makan yang paling penting dalam sehari, karena makanan yang di konsumsi di pagi hari bertugas mensuplai kadar gula darah (Hardinsyah, 2013).

Sarapan yang baik yakni mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang sebanyak 15%-30% dari kebutuhan kalori perhari tubuh seseorang. Jenis makanan yang dikonsumsi saat sarapan dapat berpengaruh terhadap kondisi tubuh beberapa jam kedepan, ada beberapa sumber makanan yang baik dikonsumsi say sarapan yakni karbohidrat kompleks seperti gandum dan nasi merah sangat direkomendasikan karena karena kandungan karbohidrat kompleks mampu membuat rasa kenyang dalam waktu lama tanpa harus meningkatkan glukosa tubuh. Sumber makanan saat sarapan disarankan dikombinasikan dengan sayur dan buah untuk menyegarkan tubuh. Minuman yang disarankan di pagi hari yakni, air mineral, jus buah, dan susu. Kandungan protein juga disarankan untuk dikonsumsi di pagi hari, kandungan protein yang mudah didapatkan berasal dari makanan seperti telur (Kemenkes, 2018)

Ketika seseorang melewati sarapan, maka tubuh akan memerlukan makanan yang tinggi gula dan lemak pada saat menjelang makan siang, kemudian

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.

mengakibatkan nafsu makan seseorang meningkat sehingga makan dengan jumlah yang berlebihan saat makan siang. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa sarapan dapat meningkatkan memori dan konsentrasi, selain itu sarapan itu dapat membuat anda tersenyum karena asupan yang sudah dikonsumsi akan menyediakan energi yang akan meningkatkan mood dan menurunkan stress (Kemenkes, 2016). Menurut penelitian Panjaitan, dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa melewatkan sarapan akan berdampak kekurangan nutrisi pada seseorang, kebanyakan orang tua cenderung beranggapan bahwa sarapan sebagai prasyarat keberhasilan dalam proses belajar.

Sarapan sangat bermanfaat bagi setiap manusia, adapun manfaat sarapan untuk manusia yakni untuk persediaan energi otak dan stamina dalam memulai aktivitas di pagi hari, meningkatkan konsentrasi belajar, menciptakan kenyamanan saat belajar saat tubuh tidak merasa lemas akibat tidak sarapan, mencegah hipoglikemia, pusing, lemas dan kegemukan. Selain manfaat yang telah disebutkan diatas, terdapat manfaat lainnya, yaitu : 1) Mampu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi terutama karbohidrat yang digunakan tubuh untuk meningkatkan kadar gula darah, 2) Untuk memelihara ketahanan tubuh agar dapat bekerja atau belajar dengan baik, 3) Membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran, 4) Membantu mencukupi zat gizi serta pemberi pasokan energi dan sumber tenaga untuk melakukan segala kegiatan, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan (Utama dan Demu, 2021).

Lembar informasi tentang pentingnya sarapan untuk anak yang diterbitkan oleh Kemendikbud tahun 2017 memaparkan berbagai manfaat sarapan, yaitu : 1) Menjaga kesehatan, Sarapan membantu pemenuhan energi untuk anak. Energi yang dibutuhkan berasal dari sarapan. 2) Menjaga konsentrasi, sarapan memudahkan anak untuk dapat berkonsentrasi serta dapat meningkatkan daya ingat karena otak mendapatkan asupan nutrisi. Sarapan tentu dapat meningkatkan prestasi belajar anak. 3) Menumbuhkan perilaku positif, anak yang sarapan terlebih dahulu sebelum pergi ke sekolah akan menjadi lebih tenang karena memiliki cukup energi. Anak yang tenang akan lebih siap dalam proses belajar dan berperilaku positif. 4) Menumbuhkan sikap disiplin, kebiasaan sarapan sebelum ke sekolah akan mengajarkan anak untuk mampu mengatur waktu untuk sarapan dan

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.

dapat ke sekolah tepat waktu. Hal ini dapat mengajarkan kedisiplinan pada anak.
5) Menjaga kebersamaan keluarga, sarapan bersama dapat menjaga kedekatan antar anggota keluarga. Sesama anggota keluarga dapat saling bercerita mengenai aktivitasnya.

Manusia yang tidak sarapan memiliki energi yang rendah, hal ini dikarenakan energi telah digunakan pada malam hari selama kurang lebih 8 jam. Kekurangan energi pada anak sekolah dapat menyebabkan daya tahan tubuh melemah dan konsentrasi menurun (Ferawati dan Sundari, 2017). Menurut Kemendikbud dalam lembar informasi tentang pentingnya sarapan untuk anak yang diterbitkan 2017 mengatakan bahwa sarapan dapat berpengaruh pada fisik dan psikis anak. Anak yang tidak sarapan sebelum berangkat sekolah biasanya mengalami berbagai masalah seperti sakit perut, sakit kepala, mengantuk, mudah lelah, mudah marah, mudah tersinggung, mudah cemas, gugup, dan lesu.

Anak yang tidak sarapan akan cenderung mengonsumsi jajanan di sekolah yang kualitas gizinya tidak terjamin. Jajan yang terlalu sering dapat mengurangi nafsu makan anak di rumah. Selain itu banyak makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan sehingga akan mengganggu kesehatan anak, seperti terserang penyakit-penyakit lainnya yang diakibatkan pencemaran bahan kimiawi. Makanan jajanan yang dibeli atau dikonsumsi banyak mengandung energi dan lemak seperti makanan gorengan dan lain-lain yang berpeluang menjadi gemuk atau status gizi lebih, sedangkan jika makanan jajanan yang dibeli seperti makanan ringan, es, permen maka anak ini merupakan anak yang rendah gizi terutama kalori sehingga kalau ini dikonsumsi tiap hari maka gizi anak akan menjadi kurang (Kossa, 2014).

Makanan jajanan di luar seringkali tidak memperhatikan mutu gizi, kebersihan dan keamanan pangan. Tidak sedikit masalah yang timbul akibat orang tua kurang peduli terhadap makanan yang dikonsumsi anak di sekolah. Makanan yang tidak aman dan tidak bergizi menimbulkan penyakit, seperti diare bahkan kanker dan dapat mengakibatkan tidak tercapainya angka kecukupan gizi (Alamin, 2014). Pentingnya sarapan untuk menjaga stamina tubuh dalam menjaga aktivitas sehari-hari. Namun, biasakan mengonsumsi sarapan sehat. Ada dua indikator sarapan sehat, antara lain : 1) Tergantung pada jenis sarapannya, karena makanan

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.

dan minuman saja itu tidak cukup. Makanan dan minuman harus diperhatikan kebutuhan gizinya, kebutuhan akan karbohidrat diperhitungkan akan fungsinya sebagai penghasil energi. Jadi yang menjadikan pangkal perhitungan ialah jumlah kalori yang diperlukan tubuh seperti karbohidrat, lemak, dan protein yang dibutuhkan tubuh kita di pagi hari. Sarapan sehat juga harus aman dan terbebas dari berbagai kotoran yang memungkinkan terjadinya keracunan atau gangguan kesehatan. 2) Perhatikan waktu sarapan, waktu yang baik untuk sarapan adalah sebelum memulai aktivitas, yakni sebelum pukul 09.00. Kalau lebih dari itu sudah bukan sarapan, itu waktunya makanan lain yang mengisi energi tubuh (Hardinsyah dan Supriasa, 2014)

Banyak faktor yang menyebabkan siswa tidak melakukan sarapan, beberapa faktor yang menyebabkan siswa tidak melakukan sarapan adalah pola pikir bahwa sarapan itu merupakan hal yang menjengkelkan, karena perlu bangun lebih awal agar dapat melakukan sarapan. Pengetahuan orang tua yang rendah akan pentingnya sarapan mengakibatkan dampak terhadap kurang ketersediaan makanan di pagi hari, sehingga melewatkan sarapan pagi sudah menjadi hal biasa (Sirajuddin dan Masni, 2015). Menurut penelitian Amalia dan Adriani (2019) yang menunjukkan bahwa siswa SMPN 5 Banyuwangi tidak melakukan sarapan dikarenakan tidak adanya ketersediaan makanan di pagi hari untuk sarapan. Hal tersebut mengakibatkan siswa cenderung membeli makanan di kantin sekolah, keterbatasan waktu pada saat sampai di sekolah yang berdekatan dengan jadwal masuk kelas mengakibatkan siswa hanya mengonsumsi makanan instan yang tidak sesuai dengan kebutuhan sarapan yaitu 15%030% dari kebutuhan energi perhari.

2.3. Konsentrasi

Konsentrasi dalam bahasa Inggris disebut *Concentration* yang berarti pemusatan. Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan yang dikarang oleh Drs. H. Mursal, dkk., menyebutkan bahwa konsentrasi adalah pemusatan fungsi jiwa terhadap sesuatu masalah atau objek. Ketika seseorang sedang berkonsentrasi, objek yang difokuskan hanya objek yang menjadi target utama konsentrasi, sehingga informasi yang diperoleh hanyalah informasi yang telah dipilih. Fokus yang diutamakan meningkatkan seseorang dalam menyerap dan memahami informasi yang didapat (Slameto, 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.

Konsentrasi merupakan pemusatan perhatian dalam proses perubahan tingkah laku yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, penggunaan, penilaian terhadap sikap, nilai-nilai pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat di dalam berbagai bidang studi. Secara teoritis jika konsentrasi siswa rendah maka akan menimbulkan aktivitas yang berkualitas rendah pula serta dapat menimbulkan ketidakterampilan dalam belajar. Ketidakterampilan inilah yang mempengaruhi daya pemahaman materi. Konsentrasi merupakan modal utama bagi siswa dalam menerima materi serta menjadi indikator suksesnya pelaksanaan pembelajaran (Aviana dan Hidayah, 2015).

Konsentrasi memiliki manfaat yang sangat berguna terutama pada anak sekolah. Beberapa manfaat konsentrasi antara lain : 1) Meningkatkan produktivitas ; Mampu bekerja secara konsisten dan menghasilkan kinerja yang lebih baik. 2) Kemampuan mengontrol pikiran ; Lebih dapat mengontrol sesuatu dan hanya fokus pada satu pikiran yang sedang dijalani dan tidak memikirkan hal lain. 3) Meningkatkan percaya diri ; Mampu dan kompeten dalam melakukan sesuatu. 4) Meningkatkan daya ingat ; Menguatkan daya ingat seseorang. 5) Meningkatkan fokus ; Menguatkan dan mempertajam fokus yang terdapat pada pikiran seseorang (Arifin, 2014).

Beberapa faktor yang menyebabkan gangguan konsentrasi dalam belajar yaitu, faktor internal dan faktor eksternal (Hakim, 2013) : 1) Faktor internal, merupakan faktor penyebab gangguan konsentrasi yang berasal dari dalam diri seseorang. Faktor internal terbagi ke dalam dua garis besar yaitu, (a) Faktor jasmaniah, yang bersumber dari kondisi jasmani seseorang yang tidak berada di dalam kondisi normal atau mengalami gangguan kesehatan, misalnya mengantuk, lapar, haus, gangguan panca indra, gangguan pencernaan, gangguan jantung, gangguan pernapasan dan sejenisnya. (b) Faktor rohaniah, berasal dari mental seseorang yang dapat menimbulkan gangguan konsentrasi seseorang, misalnya tidak tenang, mudah gugup, emosional, tidak sabar, mudah cemas, stres, depresi dan sejenisnya. 2) Faktor eksternal, merupakan faktor penyebab gangguan yang berasal dari luar diri seseorang, yaitu lingkungan di sekitar orang tersebut berada. Gangguan yang sering dialami adalah adanya rasa tidak nyaman dalam melakukan berbagai kegiatan yang memerlukan konsentrasi penuh, misalnya

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.

ruang belajar yang sempit, kotor, udara yang berpolusi dan suhu udara yang panas. Butuh usaha keras untuk meminimalkan gangguan-gangguan tersebut. Akan tetapi, yang lebih penting lagi adalah mengusahakan agar siswa tetap memiliki konsentrasi belajar yang kuat sehingga tetap mampu melakukan kegiatan dengan baik, walaupun faktor gangguan tersebut tetap ada.

Menurut Engkoswara (2012), klasifikasi perilaku belajar yang dapat digunakan untuk mengetahui apakah siswa tersebut berkonsentrasi adalah sebagai berikut : 1) Perilaku kognitif, yaitu perilaku yang menyangkut masalah pengetahuan, informasi dan masalah kecakapan intelektual. Dari perilaku kognitif ini siswa yang memiliki konsentrasi dapat dinilai melalui : (a) Kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan, (b) Komprehensif dalam penafsiran informasi, (c) Mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh, (d) Mampu mengadakan analisis dan sintesis pengetahuan yang diperoleh. 2) Perilaku afektif, yaitu perilaku yang berupa sikap dan apresepsi. perilaku yang afektif ini dapat dilihat melalui : (a) Adanya penerimaan, yaitu tingkat perhatian tertentu, (b) Respon, yaitu keinginan untuk mereaksi bahan yang diajarkan, (c) Mengemukakan suatu pandangan atau keputusan sebagai integrasi dari suatu keyakinan, ide dan sikap seseorang. 3) Perilaku psikomotor, pada perilaku ini, anak yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat melalui : (a) Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru, (b) Komunikasi non verbal seperti ekspresi muka dan gerakan – gerakan yang penuh arti, (c) Perilaku yang berbahasa. Pada perilaku ini, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dengan adanya aktivitas berbahasa yang terkoordinasi dengan baik dan benar.

Penelitian Muchtar, dkk (2011) menunjukkan bahwa konsentrasi dipengaruhi oleh asupan energi makan pagi, protein makan pagi tersebut berkaitan dengan penggunaan glukosa sebagai sumber energi. Sistem saraf pusat dalam keadaan normal hanya dapat menggunakan glukosa sebagai sumber energi. Dalam proses absorpsi, glukosa diabsorpsi secara aktif menggunakan alat angkut protein dan energi sehingga jika kecukupan protein kurang maka proses pengangkutan glukosa sebagai nutrisi otak akan terganggu yang menyebabkan otak mengalami kekurangan glukosa yang akan memengaruhi daya konsentrasi.

Sarapan pagi mempunyai peranan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, karena dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran disekolah, sehingga prestasi belajar menjadi baik. Pada umumnya sarapan menyumbangkan energi sebesar 15-30% dari kebutuhan gizi sehari (Azwar, 2022).

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

Mutu sarapan yaitu nilai untuk menentukan apakah makanan yang dikonsumsi bergizi atau tidak, didasarkan pada kandungan gizi makanan yang berkaitan dengan kebutuhan. Mutu sarapan mempengaruhi konsentrasi belajar dikarenakan dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi, anak yang jarang bahkan yang tidak pernah mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang akan menyebabkan mutu asupan gizi yang tidak baik. Kandungan glukosa yang terdapat saat sarapan sangat berperan dalam mekanisme daya ingat kognitif memori seseorang, maka dampak meninggalkan sarapan sarapan ketidakseimbangan sistem syaraf yang diikuti rasa pusing, badan gemetar, mudah mengantuk, lelah dan sulit menerima pelajaran (Lestari dan Rosyada, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan Lestari dan Rosyada, (2022) menunjukkan hasil uji statistic menggunakan uji *chi-square* dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan p-value 0,002($p < 0,05$) terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMP Negeri 29 Palembang, hasil ini menunjukkan bahwa dari 97 responden, siswa dengan sarapan kurang dan konsentrasi kurang baik sebanyak 53 orang (88,3), siswa dengan sarapan kurang dan konsentrasi baik sebanyak 7 orang (11,7%), siswa dengan sarapan cukup dan konsentrasi kurang baik sebanyak 22 orang (59,5%), siswa dengan sarapan cukup dan konsentrasi baik sebanyak 15 orang (40,5%).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

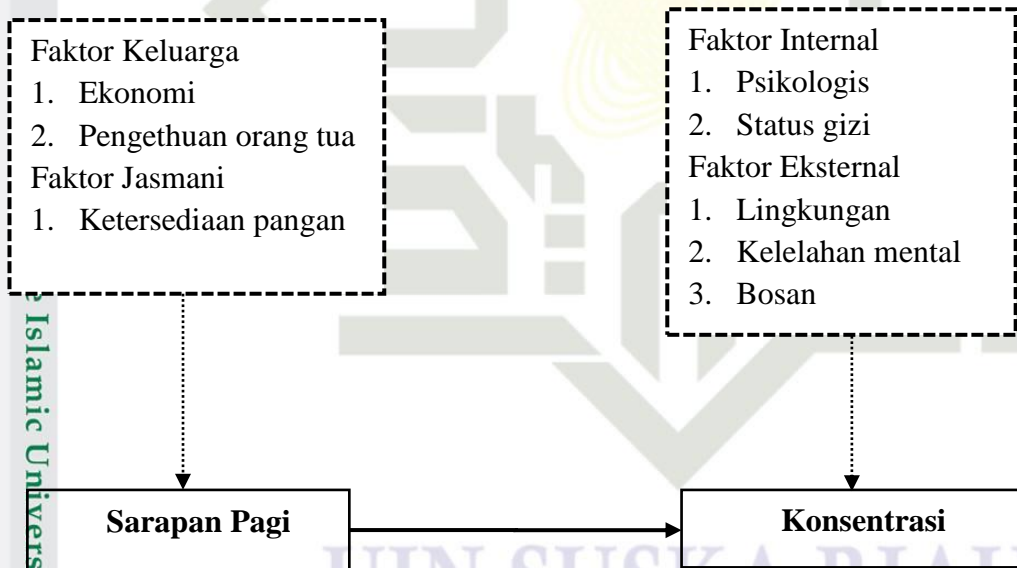
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- 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.

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

KERANGKA PEMIKIRAN

Faktor yang mempengaruhi konsentrasi, yaitu: 1) Motivasi diperolehnya, 2) keinginan atau ketertarikannya pada 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, khawatir, 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 melakukan pembelajaran yang baik (Isnawati, 2020). Pentingnya sarapan untuk anak berpengaruh pada fisik dan psikis anak. Anak yang tidak sarapan sebelum berangkat sekolah biasanya mengalami berbagai masalah seperti sakit perut, sakit kepala, mengantuk, mudah lelah, mudah tersinggung, mudah cemas, gugup, dan kurang berkonsentrasi (Kemendikbud, 2017).



Keterangan :

- : Variabel yang diteliti
- : Variabel tidak diteliti
- : Hubungan tidak diteliti
- : Hubungan diteliti

Gambar 1. Kerangka pemikiran Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya.

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. 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.

III. METODE PENELITIAN

3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan pada Bulan Maret 2023 di Sekolah SMP Negeri 04 Sentajo Raya Kabupaten Kuantan Singingi, Kecamatan Sentajo Raya, Desa Geringging baru. Alasan pemilihan lokasi penelitian adalah berdasarkan penelitian yang dilakukan Kristia dkk (2012) ditemukan 32 dari 83 siswa (38,55%) mempunyai kebiasaan jarang sarapan pagi, dan berdasarkan observasi secara langsung yang dilakukan kepada 10 siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya secara acak ternyata hanya 4 siswa (40%) yang menyatakan sudah sarapan dan 6 siswa (60%) yang menyatakan tidak sarapan.

3.2. Konsep Operasional

Konsep operasional hubungan sarapan dengan konsensrtrasi siswa SMP Negeri 4 Sentajo Raya disajikan pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Konsep Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala	Hasil ukur/Kriteria
Variable Independen: Sarapan Pagi	Sarapan adalah makanan yang dikonsumsi pada pagi hari sebelum jam 9. kalori yang dibutuhkan dalam sarapan sekitar yaitu 15-30% kkal dari kebutuhan total energi (Hardinsyah, 2014)	Kuesioner	Ordinal	Frekuensi Sarapan Baik : <ul style="list-style-type: none"> • Jika asupan energi sarapan responden cukup 15%-30% AKG atau dikonsumsi sebelum jam 9 pagi Kurang Baik : <ul style="list-style-type: none"> • Jika asupan energi sarapan responden <15% AKG atau >30% AKG dan dikonsumsi sebelum atau sesudah Jam 9 pagi (Hardinsyah, 2013)
Variable dependen: Konsentrasi	Konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian pada sesuatu yang berkaitan dengan memori (Aviana dan Hidayah, 2015)	Kuesioner	Ordinal	Apabila siswa berhasil Menemukan angka 00-99 Secara berurutan <ol style="list-style-type: none"> 1. Kurang Baik (<10) 2. Baik (>11) (Puspaningrum, 2013)

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.

3.3. Metode Pengambilan Sampel

Berdasarkan tujuan penelitian, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang melibatkan variabel independen dan variabel dependen. Penelitian ini termasuk kedalam penelitian observasional yang bersifat analitik karena pengumpulan variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan untuk melihat apakah ada hubungan antara kedua variabel tersebut.

Populasi adalah keseluruhan subjek dalam penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya yaitu berjumlah 184 orang. Sampel adalah sebagian dari subjek populasi dan jumlahnya lebih kecil dari populasi. Pengambilan sampel dari penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengambilan sampel pada populasi dengan mengambil tiap-tiap sub populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota dari masing-masing sub populasi secara acak (Sugiyono, 2014).

Peneliti menggunakan rumus *Slovin 1991* untuk menentukan besar sampel yang akan mewakili populasi, yaitu sebagai berikut :

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

Keterangan :

- n = Jumlah sampel
- N = Jumlah populasi
- e = presentase kelonggaran penelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa di toleransi 10% (e=0,1)

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N \cdot (e)^2} \\ &= \frac{184}{1 + 184 \times (0,1)^2} \\ &= \frac{184}{2,84} = 64,788 \end{aligned}$$

Mengantisipasi terjadinya *drop out* dalam penelitian, jadi pengambilan sampel dlebihihkan menjadi 70 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara pengundian berdasarkan absensi siswa.

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.

SMP Negeri 04 Sentajo Raya terdiri dari 7 ruang kelas, jadi untuk pengambilan sampel dari setiap kelas menggunakan rumus (Sugiyono, 2006).

$$n = \frac{\text{Proporsi populasi} \times \text{total sampel} (s)}{\text{Populasi total} (N)}$$

Keterangan :

- n = Jumlah sampel
- s = Total sampel
- N = Populasi total

Contoh :

$$n = \frac{\text{Kelas VII (28 siswa)} \times 70 (s)}{184 (N)}$$

$$= 10,65$$

- n = jumlah sampel
- s = 70 responden
- N = 184 responden

Kriteria Penelitian yang ditentukan dari pengambilan sampel penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Kriteria Inklusi
 1. Siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya
 2. Siswa mengikuti kegiatan belajar di sekolah
 3. Siswa bersedia menjadi responden
 4. Siswa berada di dalam kelas saat penelitian

3.4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa lembar kuesioner dan wawancara. Pada jenis pengukuran ini, peneliti mengumpulkan data secara langsung pada waktu yang bersamaan kepada subjek untuk menjawab pertanyaan (Nursalam, 2016). Variabel independen, variabel dalam penelitian ini adalah sarapan. Pengukuran sarapan ini menggunakan lembar kuesioner *food record*. Variabel dependen, adalah variabel yang mempengaruhi variabel independen. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah konsentrasi yang diukur menggunakan *grid concentration test*.

Prodedur Pelaksanaan Penelitian

Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini, yaitu :

- a. Persiapan administrasi : Lulus pada mata kuliah dan memenuhi standar sks.
- b. Persiapan penelitian; 1) Di awali dengan memberikan surat izin pengambilan data awal dari UIN Suska Riau Program Studi Gizi ke pada kepala sekolah SMP Negeri 04 Sentajo Raya. 2) Selanjutnya melakukan pengambilan data awal untuk mengetahui populasi dan sampel penelitian.
- c. Penelitian : 1) Peneliti memberikan surat izin penelitian dari UIN Suska Riau Program Studi Gizi ke pada kepala sekolah SMP Negeri 04 Sentajo Raya. 2) Setelah mendapatkan surat balasan izin penelitian, peneliti melakukan penelitian di SMP Negeri 04 Sentajo Raya setelah menjelaskan manfaat dan tujuan dari penelitian yang akan di lakukan. 3) Setelah itu penelitian menetapkan responden sesuai kriteria dan sebanyak sampel yang telah di tetapkan pada penelitian selama waktu penelitian. Dalam penelitian ini sampel sesuai dengan kriteria yang telah di tetapkan. 4) Melakukan pendekatan dengan responden guna untuk membina rasa saling percaya antara peneliti dengan responden. Melalui cara saling memperkenalkan diri sebelum proses penelitian di mulai. 5) Sebelum melakukan penelitian, peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian ke pada responden, serta menjaga kerahasiaan data yang di berikan. Responden berhak untuk menerima dan menolak untuk menjadi responden dalam penelitian. Bila calon responden menyetujui menjadi responden maka peneliti meminta responden menyetujui menjadi responden, maka peneliti meminta responden untuk menanda tangani lembaran persetujuan yang telah di sediakan. 6) Dalam penelitian dengan menilai adakah hubungan sarapan pagi dengan kosentrasi siswa. 7) Kemudian melakukan pendekatan ke pada siswa SMP Ngeri 04 Sentajo Raya dengan membina rasa percaya antara peneliti dengan siswa. 8) Memberitahu kepada responden, diharapkan saat penelitian dimulai peneliti dan siswa bekerja sama agar

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. 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.

tidak ada keributan saat penelitian sedang berlangsung. 9) Memberitahu kepada responden, dalam penelitian ini dalam 1 ruangan terdiri dari 10 responden, setelah itu dilanjutkan besok hari kepada 10 responden yang lainnya. Begitu seterusnya selama kurang lebih satu minggu. 10) Perkenalan diri kepada siswa dan siswi pada saat penelitian pertama kali bertemu, kemudian menjelaskan cara mengisi lembar kuisisioner, kemudian diberi lembar kuisisioner sarapan pagi dan peneliti mewawancarai *food record* makan pagi responden sebelum jam 9 pagi. 11) Satu jam setelah pengisian lembar kuisisioner sarapan pagi, peneliti memberikan lembar *grid concentration test* kepada responden jam 8-9 pagi. 13) Setelah penelitian selesai, peneliti melakukan *editing, coding, tabulating, dan data entry* pada lembar yang telah diisi responden dengan menggunakan proses *computerisasi* dengan aplikasi SPSS.

3.6. Metode Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer dan skunder. Data primer adalah data yang langsung diambil dari responden seperti data umur, jenis kelamin, kelas, sarapan pagi dan konsentrasi. Sedangkan data skunder adalah data yang diperoleh peneliti dari instansi tersebut yaitu Sekolah SMP Negeri 04 Sentajo Raya seperti gambaran umum sekolah, gambaran umum siswa dan data jumlah seluruh siswa. Cara pengumpulan data ini menggunakan metode kuisisioner dan wawancara, hal ini diperuntukkan kepada siswa untuk mendapatkan informasi mengenai hubungan sarapan pagi terhadap konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya. Pengumpulan data dalam penelitian disajikan pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Cara Pengumpulan Data

Variabel	Jenis Data	Pengumpulan Data
Sarapan	Primer	Kuisisioner <i>food record</i> sarapan
Konsentrasi	Primer	<i>Grid Concentration Test</i>
Jumlah seluruh siswa	Sekunder	Data dari Sekolah

3.7. Analisis Data

Pengolahan dan analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah yang diajukan. Data dianalisis menggunakan *software* IBM SPSS Statistic Data Editor (*SPSS ver.16 Statistic*) yaitu menggunakan *Uji Chi Square*. Pengukuran sarapan menggunakan kuesioner. Sedangkan pengukuran konsentrasi menggunakan soal *Test Grid Concentration*. Jika nilai 1 apabila jawaban “Benar” dan nilai 0 apabila jawaban “Salah”.

Pengolahan data terdiri atas : a) *Editing* atau memeriksa data, adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner (Notoatmodjo, 2012). Data yang diambil selama penelitian dikumpulkan dalam bentuk kuesioner. Peneliti melakukan pemeriksaan fisik kuesioner untuk mengecek keutuhan jawaban responden dan memastikan setiap lembar kuesioner tidak rusak atau hilang. b) *Coding* atau memberi kode, adalah penyediaan kode untuk semua data yang telah dikumpulkan dalam kategori yang sama. Pengkodean tiap variabel yang diteliti dapat dilihat pada Tabel 3.3.

No	Variabel	Kode	
1.	Jenis kelamin	Laki-laki	1
		Perempuan	2
2.	Umur siswa	12 tahun	0
		13 tahun	1
		14 tahun	2
		15 tahun	3
		16 tahun	4
3.	Sarapan	Baik	1
		Kurang baik	2
4.	Konsentrasi	Sangat baik	1
		Baik	2
		Cukup	3
		Kurang	4
		Sangat kurang	5
Pengelompokan Kategori			
1. Baik: sangat baik, baik, cukup		1	
2. Kurang baik: kurang dan sangat kurang		2	

c) *Entering*, yaitu memasukkan data hasil penelitian ke dalam tabel distribusi frekuensi (Notoatmodjo, 2012). Lembar kuesioner sarapan dapat beberapa pertanyaan tentang sarapan di hari itu. Sarapan siswa

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 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.

memenuhi kebutuhan sebesar 15 – 30% dari kebutuhan energi dikategorikan baik. Sarapan siswa tidak memenuhi kebutuhan 15- 30% kebutuhan energi dikategorikan tidak baik. Kebutuhan energi diketahui menggunakan metode *food record* sarapan dan dihitung menggunakan nutrisurvey atau Tabel Komposisi Indonesia (TKPI). Tahap 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. *d) Tabulating* atau penyusunan data, adalah pembuatan tabel-tabel yang berisi data yang telah diberi kode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan. Tabulasi ini diperlukan agar tidak terjadi kesalahan. *d) Data Entry*, adalah data dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “*software*” computer. Proses ini dituntut ketelitian dari orang yang melakukan “*data entry*” ini. Apabila tidak, maka akan terjadi bias meskipun hanya memasukan data.

Rencana analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu :

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel seperti : a) Jenis kelamin, b) Kelas, c) Usia, d) Sarapan responden, dan e) Konsentrasi responden.

2. Analisis Bivariat

Pengelohan analisis bivariat ini menggunakan *software SPSS 16.0*. Uji *statistic* yang digunakan adalah *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Data atau variabel berisi skala Ordinal. Uji *Chi-Square* merupakan salah satu uji statistik non parametrik (distribusi dimana besaran-besaran populasi tidak diketahui). Uji *Chi-square* mencari hubungan atau pengaruh variabel bebas dengan Variabel terikat untuk mengetahui apakah terdapat hubungan atau tidak yang dilihat dari nilai signifikan (Sujarweni, 2015). Jika $\text{Sig} \geq 0,05$ maka dikatakan tidak bermakna (tidak terdapat hubungan antara dua variabel). Jika $\text{Sig} < 0,05$ maka dikatakan bermakna (terdapat hubungan antara dua variabel).

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

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa responden dengan sarapan baik (35,7%) dan responden dengan sarapan tidak baik (64,3%). Responden dengan konsentrasi kurang baik (65,7%), responden dengan konsentrasi baik (34,3%). Hasil analisis uji *chi-square* dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sarapan dengan konsentrasi siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya dengan nilai continuity correction ($p\text{-value} = <0,05$).

5.2. Saran

Diharapkan bagi pihak sekolah atau pendidikan kesehatan untuk selalu meningkatkan bimbingan dan penekanan materi tentang ilmu kesehatan anak yaitu tentang pentingnya sarapan pagi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi dan tingkat konsentrasi anak. Diharapkan kepada penelitian selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi pada siswa selain faktor kebiasaan sarapan, dan juga bisa menambah variabel lain yang berdampak pada konsentrasi, seperti status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
- Amin. 2014. *Perubahan konsumsi pangan dan pola makan anak*. Yrama widya. Bandung. 105 hal
- A-Faida, N. 2021, Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Persada Nabire Provinsi Papua. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 17(02): 81-86. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.22397>
- Amalia, S.M.K., dan M. Adriani. 2019. Hubungan antara kebiasaan sarapan dengan Sttus Gizi pada Siswa SMPN 5 Banyuwangi. *Amerta Nutrition*. 3(4): 212-217. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i4.2019.212-217>
- Aifin, A.M. 2014. *Belajar dan Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka cipta. Jakarta. 152 hal
- Aifin, L.A., dan J.B. Prihanto. 2015. Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Siswa Sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 03(01): 203-207.
- 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*. 03(01): 30-33. <https://doi.org/10.26714/jps.3.1.2015.30-33>
- Azwar, S. 201. *Sikap dan Perilaku (Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya)*. Pustaka Belajar. Yogyakarta. 198 hal.
- Dwi, N.P.S.R., D.M. Citrawathi, dan G.S. Giana. 2020. Hubungan pola sarapan dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 02 Banjar. *Jurnal Matematika, Sains dan Pembelajarannya*. 14(1): 168-180. <https://doi.org/10.23887/wms.v14i1.23195>
- 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. <https://doi.org/10.35473/jgk.v14i1.261>
- Engkoswara. 2012. *Administrasi Pendidikan, Ciri-ciri siswa yang dapat berkonsentrasi belajar*. PT. Imtima Alfabeta. Bandung. 273 hal.
- Prawati dan S. Sundari. 2016. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Siswa-siswi SD Muhammadiyah Karang Tengah Imogir Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. 48(1): 53-61.
- Hakim. 2013. *Mengatasi gangguan konsentrasi dan teknik latihan konsentrasi*. Puspa Suara. Jakarta. 156 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.

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.

- Hardinsyah dan Supariasa. 2014. *Buku Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Penerbit buku Kedokteran. Jakarta. 258 hal.
- Hardinsyah, dan Aries. 2012. Jenis pangan sarapan dan perannya dalam asupan gizi harian anak usia 6-12 tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 7(2): 89-96. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.89-96>
- Hardinsyah. 2013. Sarapan sehat. Persagi Pangan Indonesia. <https://persagi.org>. Diakses 26 Mei 2022.
- Helmi, M. 2014. Hubungan perilaku sarapan dengan prestasi belajar siswa smk akuntansi gapura kasih dadap tanggerang. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul. Jakarta.
- Hidayat, R., dan Abdillah. 2019. *Ilmu Pendidikan “Konsep, Teori dan Aplikasinya”*. Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia. Medan. 327 hal.
- Isnawati, 2020. *Cara Kreatif dalam Proses Belajar*. Jakad Media Publishing. Surabaya. 196 hal.
- Kementerian Pendidikan dan Budaya. 2017. Pentingnya Sarapan Untuk Pelajar. <https://amp.kompas.com/nasional/read/2017/03/15/19252151/mendikbud-tekanan-pentingnya-sarapan-untuk-pelajar>. Diakses tanggal 15 maret 2017 (19.25).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 96 hal.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. *Sarapan Sehat, Aktivitas lancar*. Direktorat promosi dan pemberdayaan masyarakat. Jakarta. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/sarapan-sehat-aktivitas-lancar>. Diakses 09 April 2022 (08:27)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Mengapa sarapan tidak boleh dilewatkan?*. Jakarta. Direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. <https://promkes.kemkes.go.id/mengapa-sarapan-tak-boleh-dilewatkan>. Diakses 08 April 2022 (22:24).
- Kristia, M., Arneliwati, dan W. Lestari. 2012. Hubungan Sarapan Pagi dan Status Kesehatan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V-VI SDN 012. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 3(2): 128-134.
- Kurniasih, E. dan E. Ekayanti. 2020. Sarapan pagi dan konsentrasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri 02 Balerejo Kabupaten Madiun. *Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*. 1(2): 67-75. <https://doi.org/10.47575/jpkm.v1i2.186>


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.

- Kurniyanti, I., E. Christianto, dan Ismawati. 2017. Gambaran Sarapan dan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2017. *Jurnal Ilmu Kedokteran*. 12(2): 10-17. <https://doi.org/10.26891/JIK.v12i2.2018.108-112>
- Lentini, B, dan A. Margawati. 2014. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Status Hidrasi dengan Konsentrasi Berfikir pada Remaja. *Journal of Nutrition College*. 3(4): 631-637. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6862>
- Lestari, A.D. 2019. Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Belajar di SMK Bumantara Muntilan Jurusan Farmasi. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Ungaran, Jawa Tengah.
- Lestari, S.A dan A. Rosyada. 2022. Analisis Jenis, Jumlah, Mutu Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 29 Palembang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 8(1): 1-6. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss1.1091>
- Mahbub, M., dan H. Al Fatih. 2018. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Negeri Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*. 11(2): 211-219.
- Masrikiyah, R., dan I.M. Octora. 2020. Pengaruh Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Remaja Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*. 2(01): 7-23. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i01.256>
- Muchtar. M., M. Julia., dan I.L. Gamayanti. 2011. Sarapan dan jajan berhubungan dengan konsentrasi pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 8(1): 28-35. <https://doi.org/10.22146/ijcn.17728>
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 243 hal.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Salemba Medika. Jakarta. 140 hal.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta. 504 hal.
- Oktavia, Y. 2018. Hubungan Sarapan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi Belajar pada Anak Kelas 3 di SD Negeri 04 Balai Rupih Simalanggang Payukumbuh. *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang.
- Panjaitan, B., K.N. Tobing, dan S. Harahap. 2020. Penyuluhan Manfaat Sarapan di SMK Yapim Sei Rotan Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*. 1(1): 82-88.
- Perreta, L. 2009, *Makanan Untuk Otak*. Erlangga. Jakarta. 128 hal.

- Pergizi. 2013. National Training and Workshop on Indonesian Young Food and Nutrition Leadership (DoYouLLead). <https://pergizi.org/>
- Pramardika, D.D., M.D., Kasaluhe., G.C. Tooy., dan C.M. Agustina. 2022. *Buku Ajar Gizi dan Diet*. PT. Nasya Expanding Management. Pekalongan, Jawa Tengah. 241 hal.
- Patiwi, F.R. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa-siswi di SMPN 14 Kota Bengkulu. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Paspaningrum, Q. 2013. Pengaruh Latihan Meditasi Terhadap Peningkatan Konsentrasi Latihan. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Putra, A., D.N. Syafira., S. Maulyda., A. Afandi., dan S. Wahyuni. 2018. Kebiasaan Sarapan pada Mahasiswa Aktif. *Higeia*. 2(4):12-18. <https://doi.org/10.15294/higeia.v2i4.26803>
- Rahmah, M. 2018, Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin. *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.
- Rima, T., I.R. Yusuf., S. Nisa., V. Aulia., dan T. Kurniati. 2020. Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 4(1): 26-29. <https://doi.org/10.33751/pedagonal.v4i1.1990>
- Rinawati. 2020. *Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19*. Radja Publika. Lhokseumawe. 59 hal.
- Rikesdas. 2018. *Hasil Riset Utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018. Jakarta. 220 hal.
- Rosa. 2014. *Berbagai cara Pendidikan Gizi*. Bumi Aksara. Jakarta. 158 hal.
- Raslia, I. 2020. *Cara Kreatif dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian)*. Jakad Media Publishing. Gayung Sari Surabaya. 196 hal.
- Safaryani, P., dan S. Hartini. 2017. Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri Karangayu 02 Semarang. *Jurnal Kesehatan*. 8(2): 1-11.
- Seiffudin, A. 2023. *Psikologi Memahami Interaksi dan Perilaku Manusia*. Kencana Prenada Media. Jakarta. 358 hal.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. 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.

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.

- Saragi, L., O. Hasanah., dan N. Huda. 2015. Hubungan sarapan pagi dengan aspek biologis anak usia sekolah di SDN 26 Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 2(2): 1205-1211.
- Setiawan, M.N., dan I. Haridito. 2015. Hubungan status gizi dengan tingkat kosentrasi belajar siswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. 3(1): 12- 20.
- Sirajuddin, S. dan M. Masni. 2015. Kejadian Anemia pada Siswa Sekolah Dasar. Kesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 9(3): 264-269. <http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v9i3.574>
- Slameto. 2015. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta. Jakarta. 252 hal.
- Soenardi, T. 2014. *Bekal Sekolah untuk Anak*. Gramedia Utama. Jakarta. 88 hal.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung. 367 hal.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta. Bandung. 545 hal.
- Suwardhani. 2013. Hubungan tingkat kosentrasi pada siswa yang melakukan sarapan pagi dan tidak melakukan sarapan pagi di SDN Gondang III Kecamatan Nawangan Pacitan. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah. Surakarta.
- Syarifan, N. 2015. *Psikologi Belajar*. Wade Group. Ponorogo Indoneisa. 244 hal.
- Utama, J.L dan B.D.Y Demu. 2021. *Dasar-dasar penanganan gizi anak sekolah*. Media Sains Indonesia. Bandung. 299 hal.
- Widodo, A.T.P., A. Prastowo., dan Mustofa. 2015. Pengaruh Sarapan Terhadap Skor Kosentrasi Mahasiswa Jurusan Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Unsoed. *Mandala of Health*. 8(3): 622-627.
- Widyanti, P.A., dan I.G.L. Sidiartha. 2013. Breakfast Habit And Academic Performance Among Suburban Elementary School Children. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*. 44(4): 3-7.
- Yuni, N. 2018. Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Kosentrasi Belajar Mahasiswa/I Semester II Keperawatan Cikarang Bekasi. *Skripsi*. Program Studi Ners Instituti Medika drg. Suherman Cikarang Bekasi.

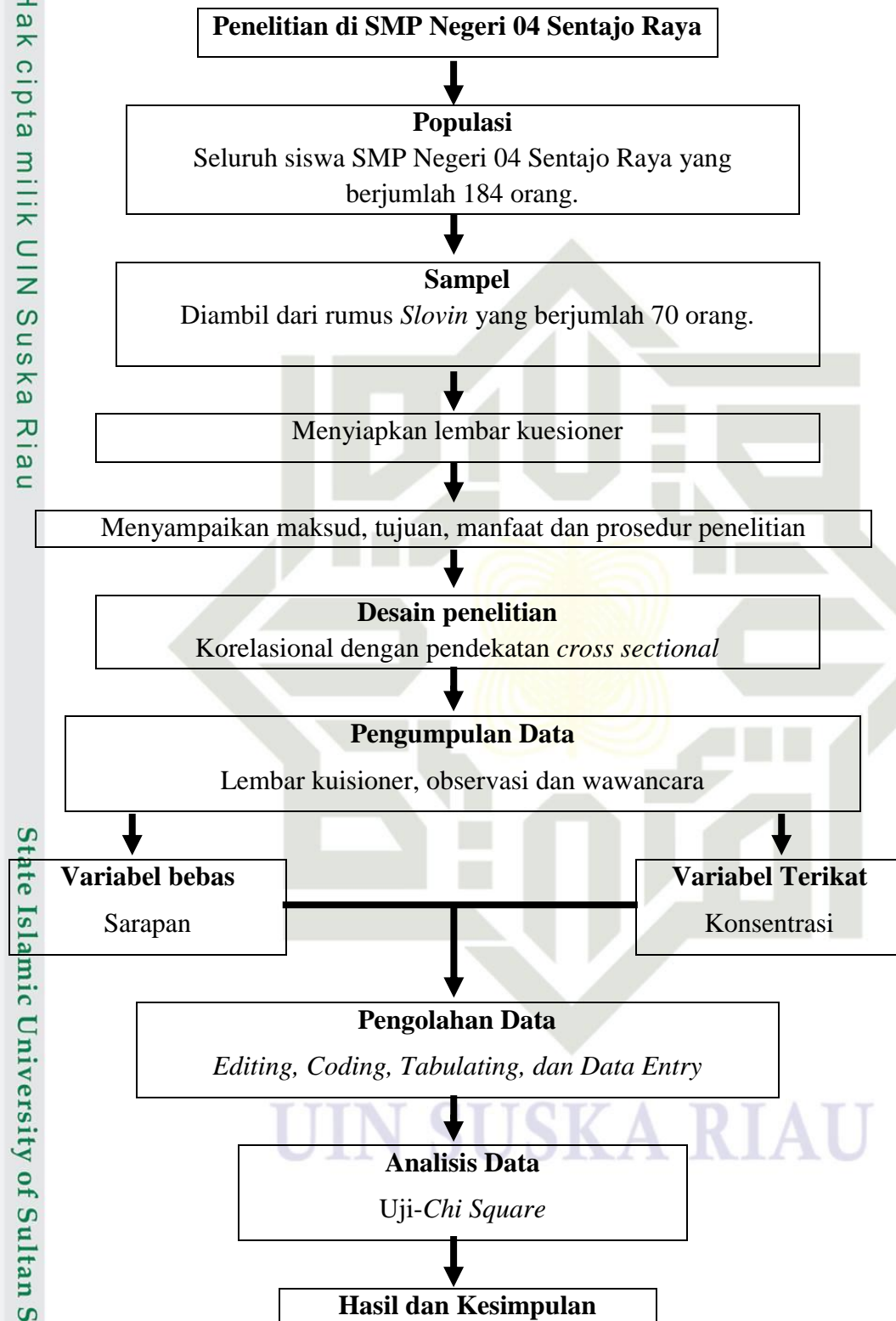
Lampiran 1. Kerangka Alur Penelitian

© 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 mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 1.2. Kerangka alur penelitian

Lampiran 2. Surat Permohonan

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth ;

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammd Iqbal
NIM : 11980314470
Program Studi : S1 Gizi
Alamat : Pekanbaru, Jl.Purwodadi, Perumahan Cluster Purwodadi
No. HP/Tlp : 0852 3220 1676

Bermaksud mengadakan penelitian dengan judul **“Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa SMP Negeri 04 Sentajo Raya”**

Penelitian tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan pada saudara sebagai responden, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya di gunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila saudara menyetujui, maka dengan ini saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembaran persetujuan yang saya berikan

Atas perhatian saudara sebagai responden saya ucapkan terima kasih.

UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, November 2023
Peneliti,

(Muhammad Iqbal)

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 milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Kelas :
Alamat :
No HP :

Dengan ini menyatakan bahwa setelah memperoleh informasi baik secara lisan maupun tulisan mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh (Muhammad Iqbal) dan informasi tersebut telah saya pahami dengan baik mengenai manfaat, tindakan yang akan dilakukan keuntungan dan kemungkinan ketidaknyamanan yang mungkin akan dijumpai, maka saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran dan tanpa keterpaksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, November 2023
Yang menyatakan,

()

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.

INSTRUMEN PENELITIAN

IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
3. Umur :
4. Kelas :
5. Tempat Tanggal Lahir :
6. Alamat :
7. Pekerjaan orang tua
 - a. Ayah :
 - b. Ibu :

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 5. Lembar Kuisioner

LEMBAR KUESIONER SARAPAN

Nama :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Kelas :

Berilah tanda ceklis (√) pada jawaban yang anda pilih !

1. Apakah anda melakukan sarapan pagi hari ini ?
 Ya Tidak
2. Seberapa sering anda sarapan pagi ?
 0x seminggu 4x seminggu
 1x seminggu 5x seminggu
 2x seminggu 6x seminggu
 3x seminggu 7x seminggu
3. Alasan tidak sarapan ?
 Ibu tidak masak Kesiangan Tidak terbiasa
 Lainnya :
4. Jam berapa biasa sarapan ?
 07.00 WIB 08.00 WIB 09.00 WIB
 Lainnya :
5. Sarapan dimana ?
 Dirumah Kantin

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis bahan makanan	Banyakya	
			URT	Gram
Makan Pagi				

Gambar 1.3. Formulir Food Record Makan Pagi

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. Grid Concentration Test

LEMBAR GRID CONCENTRATION TEST
(Lembar Tes Konsentrasi)

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 lingkari, contoh :
 Atau , coret angka mulai dari 00 dan seterusnya
3. Waktu yang diberikan untuk tes ini hanya 1 menit

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

Gambar 1.4. Grid Concentration Test

(Harris and B. L. Harris digunakan Puspaningrum, 2013).

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.

Tabel. 3.7. Grid Concentration Test

PENILAIAN SKOR TES KONSENTRASI

1.	Sangat Baik	> 21
2.	Baik	16 - 20
3.	Cukup	11 - 15
4.	Kurang	6 – 10
5.	Sangat Kurang	< 6

No	Kategori	Kriteria
1.	Konsentrasi Baik	> 11
2.	Konsentrasi Kurang Baik	< 10

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 7. Surat Permohonan Izin Riset

Hak Cipta © He

1. Dilarang

- 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

Nomor : B.1039/F.VIII/PP.00.9/02/2023 Pekanbaru, 01 Maret 2023
Sifat : Penting 08 Sya'ban 1444
Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMP Negeri 04 Sentoja Raya
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb,

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

Nama : Muhammad Iqbal
NIM : 11980314470
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: **"Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa SMP Negeri 04 Sentoja Jaya"**.

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di SMP Negeri 04 Sentoja Raya, Desa Geringging Baru, Kecamatan Sentoja Raya, Kabupaten Singingi, sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb


Muhammad Delina
Dian Pratiwi, S.Pt., M.P.
NIM 11980322 200312 2 003

Lampiran 8. Surat Kode Etik

Hak

U

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.



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

Jl. Tantania No. 6 Lubuk Baja – Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Website :www.payungnegeri.ac.id Email :info@payungnegeri.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.109/STIKES PN/KEPK/VI/2023

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

Peneliti utama : Muhammad Iqbal
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif
Kasim Riau
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI SISWA SMP NEGERI 04 SENTAJO RAYA"

"THE RELATIONSHIP OF BREAKFAST WITH THE CONCENTRATION OF STUDENTS OF SMP NEGERI 04 SENTAJO RAYA"

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 23 Juni 2023 sampai dengan tanggal 23 Juni 2024.

This declaration of ethics applies during the period June 23, 2023 until June 23, 2024.



June 23, 2023
Professor and Chairperson,



Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

Syarif Kasim Riau

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

© H



Gambar 1. Pengenalan Diri Kepada Responden

Rau



Islamic



Gambar 2. Petunjuk Pengisian Data Diri Responden

Kasim Riau

- 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.

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.



Gambar 3. Proses Pengisian Kuesioner Tes Konsentrasi



Gambar 4. Proses Foto Bersama dengan Responden

Lampiran 10. Data Mentahan Penelitian

No	Nama Inisial	Jenis Kelamin		Kelas		Umur		Sarapan Siswa		Konsentrasi Siswa		
		Ket	Kode	Kelas	Kode	Umur	Kode	Ket	Kode	Tes	Ket	Kode
1	AJW	L	1	VII 3	1	13	1	KB	2	18	B	1
2	ACS	L	1	VII 1	1	13	1	KB	2	7	KB	2
3	BRT	L	1	VII 2	1	13	1	B	1	10	KB	2
4	DNI	P	2	VII 2	1	14	2	KB	2	5	KB	2
5	DA	P	2	VII 3	1	13	1	KB	2	13	B	1
6	EMP	P	2	VII 3	1	12	0	KB	2	7	KB	2
7	EP	P	2	VII 3	1	13	1	B	1	7	KB	2
8	FN	L	1	VII 2	1	14	2	B	1	16	B	1
9	FA	L	1	VII 3	1	13	1	KB	2	9	KB	2
10	FP	P	2	VII 2	1	13	1	B	1	12	B	1
11	IN	L	1	VII 2	1	13	1	B	1	4	KB	2
12	LDP	P	2	VII 2	1	13	1	KB	2	5	KB	2
13	MAN	L	1	VII 2	1	13	1	KB	2	10	KB	2
14	MF	L	1	VII 1	1	13	1	KB	2	3	KB	2
15	MHH	L	1	VII 3	1	13	1	KB	2	4	KB	2
16	NL	P	2	VII 1	1	12	0	KB	2	10	KB	2
17	OVK	P	2	VII 3	1	13	1	B	1	10	KB	2
18	PHD	P	2	VII 1	1	13	1	KB	2	11	B	1
19	RDA	P	2	VII 1	1	13	1	KB	2	2	KB	2
20	RRE	L	1	VII 2	1	14	2	B	1	9	KB	2
21	RR	L	1	VII 3	1	13	1	KB	2	5	KB	2
22	RM	L	1	VII 1	1	13	1	KB	2	5	KB	2
23	RS	L	1	VII 2	1	12	0	KB	2	4	KB	2
24	RF	L	1	VII 3	1	14	2	KB	2	6	KB	2
25	SAB	P	2	VII 3	1	13	1	KB	2	17	B	1
26	SWA	L	1	VII 1	1	14	2	B	1	4	KB	2
27	SO	P	2	VII 2	1	13	1	B	1	12	B	1
28	TV	P	2	VII 1	1	13	1	KB	2	5	KB	2
29	ZEM	P	2	VII 2	1	13	1	KB	2	7	KB	2
30	ZM	P	2	VII 2	1	13	1	B	1	10	KB	2
31	AAS	P	2	VIII 2	2	14	2	KB	2	9	KB	2
32	AN	L	1	VIII 2	2	15	3	KB	2	6	KB	2
33	AF	P	2	VIII 1	2	14	2	B	1	13	B	1
34	AWP	L	1	VIII 1	2	15	3	KB	2	8	KB	2
35	AS	L	1	VIII 1	2	16	4	KB	2	8	KB	2
36	CCM	P	2	VIII 1	2	13	1	KB	2	17	B	1

- 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 satu 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.

37	DRS	L	1	VIII 1	2	15	3	KB	2	7	KB	2
38	DBA	L	1	VIII 2	2	14	2	KB	2	9	KB	2
39	FSA	L	1	VIII 1	2	14	2	B	1	8	KB	2
40	FF	L	1	VIII 2	2	13	1	KB	2	9	KB	2
41	GR	L	1	VIII 2	2	14	2	KB	2	12	B	1
42	NRAP	L	1	VIII 2	2	14	2	KB	2	7	KB	2
43	NN	L	1	VIII 1	2	14	2	KB	2	7	KB	2
44	NM	P	2	VIII 2	2	14	2	B	1	11	B	1
45	RI	L	1	VIII 2	2	15	3	KB	2	8	KB	2
46	RDI	P	2	VIII 2	2	14	2	KB	2	4	KB	2
47	RA	L	1	VIII 1	2	14	2	KB	2	9	KB	2
48	SP	P	2	VIII 1	2	14	2	KB	2	8	KB	2
49	SAA	P	2	VIII 2	2	14	2	KB	2	7	KB	2
50	UR	P	2	VIII 1	2	14	2	KB	2	16	B	1
51	AZA	L	1	IX 2	3	15	3	B	1	17	B	1
52	AM	P	2	IX 2	3	15	3	B	1	16	B	1
53	AA	L	1	IX 1	3	15	3	B	1	16	B	1
54	BA	L	1	IX 2	3	14	2	KB	2	7	KB	2
55	BFS	L	1	IX 1	3	15	3	KB	2	23	B	1
56	CR	P	2	IX 2	3	15	3	KB	2	8	KB	2
57	DAA	L	1	IX 1	3	15	3	B	1	17	B	1
58	EPM	P	2	IX 1	3	15	3	KB	2	8	KB	2
59	FAH	L	1	IX 1	3	15	3	B	1	12	B	1
60	GPP	L	1	IX 2	3	14	2	B	1	16	B	1
61	IKZ	L	1	IX 1	3	15	3	B	1	4	KB	2
62	IRK	L	1	IX 1	3	15	3	KB	2	8	KB	2
63	MHH	L	1	IX 2	3	15	3	B	1	16	B	1
64	MICU	P	2	IX 1	3	14	2	KB	2	6	KB	2
65	NA	P	2	IX 2	3	15	3	KB	2	9	KB	2
66	OA	P	2	IX 1	3	15	3	B	1	9	KB	2
67	SRS	P	2	IX 1	3	15	3	KB	2	22	B	1
68	SSM	P	2	IX 2	3	15	3	B	1	14	B	1
69	SR	L	1	IX 2	3	15	3	B	1	22	B	1
70	VDM	P	2	IX 1	3	14	2	B	1	21	B	1

37. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
38. Disajikan materi sebagai satu sumber.
39. Disajikan materi sebagai satu sumber.
40. Disajikan materi sebagai satu sumber.
41. Disajikan materi sebagai satu sumber.
42. Disajikan materi sebagai satu sumber.
43. Disajikan materi sebagai satu sumber.
44. Disajikan materi sebagai satu sumber.
45. Disajikan materi sebagai satu sumber.
46. Disajikan materi sebagai satu sumber.
47. Disajikan materi sebagai satu sumber.
48. Disajikan materi sebagai satu sumber.
49. Disajikan materi sebagai satu sumber.
50. Disajikan materi sebagai satu sumber.
51. Disajikan materi sebagai satu sumber.
52. Disajikan materi sebagai satu sumber.
53. Disajikan materi sebagai satu sumber.
54. Disajikan materi sebagai satu sumber.
55. Disajikan materi sebagai satu sumber.
56. Disajikan materi sebagai satu sumber.
57. Disajikan materi sebagai satu sumber.
58. Disajikan materi sebagai satu sumber.
59. Disajikan materi sebagai satu sumber.
60. Disajikan materi sebagai satu sumber.
61. Disajikan materi sebagai satu sumber.
62. Disajikan materi sebagai satu sumber.
63. Disajikan materi sebagai satu sumber.
64. Disajikan materi sebagai satu sumber.
65. Disajikan materi sebagai satu sumber.
66. Disajikan materi sebagai satu sumber.
67. Disajikan materi sebagai satu sumber.
68. Disajikan materi sebagai satu sumber.
69. Disajikan materi sebagai satu sumber.
70. Disajikan materi sebagai satu 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.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 11. Analisis Data Karakteristik Responden

Frequencies

		Statistics		
		Jenis Kelamin	Usia	Kelas
N	Valid	70	70	70
	Missing	0	0	0
Mean		1.46	1.89	1.86
Median		1.00	2.00	2.00
Minimum		1	0	1
Maximum		2	4	3

Frequency Table

		Jenis Kelamin			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Laki-laki	38	54.3	54.3	54.3
	Perempuan	32	45.7	45.7	100.0
Total		70	100.0	100.0	

		Usia			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	12	3	4.3	4.3	4.3
	13	24	34.3	34.3	38.6
	14	22	31.4	31.4	70.0
	15	20	28.6	28.6	98.6
	16	1	1.4	1.4	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

		Kelas			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	VII	30	42.9	42.9	42.9
	VIII	20	28.6	28.6	71.4
	IX	20	28.6	28.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

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 12. Analisis Data Sarapan dan Konsentrasi Responden

Frequencies

Statistics

		Sarapan	Konsentrasi
N	Valid	70	70
	Missing	0	0
Mean		1.64	1.66
Median		2.00	2.00
Minimum		1	1
Maximum		2	2

Frequency Table

Sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	25	35.7	35.7	35.7
	Kurang Baik	45	64.3	64.3	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Konsentrasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	24	34.3	34.3	34.3
	Kurang Baik	46	65.7	65.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

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. Analisis Data Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Responden.

© H.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Sarapan * Konsentrasi	70	100.0%	0	0.0%	70	100.0%

Sarapan * Konsentrasi Crosstabulation

			Konsentrasi		Total
			Baik	Kurang Baik	
Sarapan	Baik	Count	15	10	25
		% within Sarapan	60.0%	40.0%	100.0%
	Kurang Baik	Count	9	36	45
		% within Sarapan	20.0%	80.0%	100.0%
Total		Count	24	46	70
		% within Sarapan	34.3%	65.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.413 ^a	1	.001	.001	.001
Continuity Correction ^b	9.707	1	.002		
Likelihood Ratio	11.321	1	.001	.001	.001
Fisher's Exact Test				.001	.001
Linear-by-Linear Association	11.250	1	.001	.001	.001
N of Valid Cases	70				

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Sarapan (Baik / Kurang Baik)	6.000	2.031	17.728
For cohort Konsentrasi = Baik	3.000	1.541	5.841
For cohort Konsentrasi = Kurang Baik	.500	.303	.826
N of Valid Cases	70		

- 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 mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.