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

SKRIPSI

HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA/SISWI SMPN 37 PEKANBARU

Oleh :

NAHDA ALFIAH

11980322599

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

SKRIPSI

HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA/SISWI SMPN 37 PEKANBARU

Oleh :

NAHDA ALFIAH
11980322599

Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi

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

UIN SUSKA RIAU

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 Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru
Nama	:	Nahda Alfiah
NIM	:	11980322599
Program Studi	:	Gizi

Menyetujui,

Setelah diuji pada Tanggal 24 Oktober 2023

Pembimbing I	Pembimbing II
drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	Novfitri Syuryadi, S. Gz., M. Si
NIP. 19690918 199903 2 002	NIP. 19891118 201903 2 013

Mengetahui :

Dekan, Fakultas Pertanian dan Peternakan	Ketua, Program Studi Gizi
Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc	drg. Nur Pelita Sembiring, M. K.M
NIP. 19710706 200701 1 031	NIP. 19690918 199903 2 002

asalah.
im Riau

UIN SUSKA RIAU

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 24 Oktober 2023

No.	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si	KETUA	1.
2	drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	SEKRETARIS	2.
3	Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	3.
4	Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H	ANGGOTA	4.
5	Sofya Maya, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	5.

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.
asalah.
im 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 milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

HALAMAN TIM PENGUJI

Skripsi Nahda Alfiah/11980322599 dengan judul **"Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru"** telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji pada jurusan Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada :

Seminar Proposal

Hari/Tanggal	: Selasa/18 Oktober 2022
Waktu	: 11.00 s/d 12.00 WIB
Tempat	: GN.III.Sem 01
Tim Penguji	: 1. drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M
	2. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si
	3. Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H
	4. Ismed, MHP

Seminar Hasil

Hari/Tanggal	: Selasa/04 Juli 2023
Waktu	: 09.30 s/d 10.30 WIB
Tempat	: GF.II.Sem 02
Tim Penguji	: 1. drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M
	2. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si
	3. Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H
	4. Sofya Maya, S.Gz., M.Si

Munaqasah

Hari/Tanggal	: Selasa/24 Oktober 2023	
Waktu	: 09.30 s/d 11.00 WIB	
Tempat	: GF.II.Ruang Munaqasah 01	
Tim Penguji	: 1. Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si	(Ketua)
	2. drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	(Sekretaris)
	3. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si	(Anggota)
	4. Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H	(Anggota)
	5. Sofya Maya, S.Gz., M.Si	(Anggota)

Lulus pada tanggal : 24 Oktober 2023

Alumni Gizi : G190308 241023 50

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Nahda Alfiah
Nim	:	11980322599
Tempat/tanggal lahir	:	Peranap/09 Juli 2001
Fakultas	:	Pertanian dan Peternakan
Prodi	:	Gizi
Judul skripsi	:	Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

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

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

Pekanbaru, Oktober 2023
Yang membuat pernyataan,

Nahda Alfiah
11980322599

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

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis ucapan terima kasih atas kehadirat Allah SWT. Yang telah memberikan rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **"Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru"** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjan Gizi di Fakultas Pertanian dan Perternakan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bimbingan, dan nasehat dari beberapa pihak. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semuah pihak yang telah membantu berupa do'a tenaga dan pikiran atas tersusunnya skripsi ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua tercinta Ayahanda M. Taher, S.Ag dan Ibunda Susiba, M.Pd yang senantiasa memberikan motivasi, mendo'akan dan memberi dukungan kepada penulis. Serta kepada adik tersayang Muhammad Syafiq senantiasa memberikan dukungan dan mendo'akan penulis.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M. Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc. selaku Dekan, Bapak Dr. Irwan Taslapramata, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Zufahmi, S.Hut selaku Wakil Dekan II, 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. Nur Pelita Sembiring, M.K.M sebagai Ketua Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Serta selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan, masukan, nasehat, semangat serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si selaku dosen pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan, masukan, nasehat, semangat serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi.

UIN SUSKA RIAU

6. Ibu Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H selaku Dosen Penguji 1 dan Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si selaku Dosen Penguji II yang senantiasa memberikan masukan dan saran selama penulis menyelesaikan skripsi.
7. Ibu Indrawati, S.Pd, M.Si selaku Kepala Sekolah SMPN 37 Pekanbaru yang telah banyak memebantu dalam pelaksanaan penelitian.
8. Seluruh staf dan siswa-siswi kelas VIII SMPN 37 Pekanbaru yang terlibat dalam penelitian ini dari awal dan memberi semangat serta meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu dalam kelancaran tugas akhir skripsi ini.
9. Seluruh dosen, karyawan dan civitas akademik Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah membantu penulis dalam mengikuti aktivitas perkuliahan.
10. Teman-teman tersayang Monika Afrelia Stingki, Raudatul Faadiyah, Mustika Pengestu Ningsih, Nur Alliza Kholifah, Zarima, Meutya Artala, Rosinta Dewi, serta teman-teman seperjuangan lainnya yang telah membantu dalam penelitian, menemani setiap langka, memberikan semangat, motivasi kepada penulis baik pada saat perkuliahan maupun pada saat penyusunan skripsi.

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

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.

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

RIWAYAT HIDUP

Nahda Alfiah dilahirkan di Peranap, Indragiri Hulu, Riau pada Tanggal 9 Juli 2001. Lahir dari pasangan Bapak M. Taher S.Ag dan Ibu Susiba, M.Pd, yang merupakan anak pertama dari 2 bersaudara. Masuk sekolah dasar di Sekolah Dasar Negeri 007 Pekanbaru dan tamat pada tahun 2013 di Sekolah Dasar 007 Pekanbaru.

Pada tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di MTs Negeri Bukit Raya Pekanbaru dan tamat pada tahun 2016 di MTs Negeri Bukit Raya Pekanbaru. Pada tahun 2016 penulis melanjutkan ke SMA Negeri 5 Pekanbaru dan tamat pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 melalui jalur Mandiri diterima sebagai mahasiswi pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Pada Bulan Juli sampai dengan Agustus tahun 2022 telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Petani, Kecamatan Bunut, Kabupaten Pelalawan, Provinsi Riau.

Bulan September sampai dengan Desember tahun 2022 telah melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Dietetik di RSUD Teluk Kuantan, PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Rejosari, dan PKL Gizi Institusi di Pondok Pesantren Teknologi Riau. Melaksanakan penelitian pada Bulan Maret tahun 2023 di SMPN 37 Pekanbaru.

Pada Tanggal 24 Oktober 2023 dinyatakan lulus dan berhak menyandang gelar Sarjana S.Gz melalui sidang munaqasah Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

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.

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadirat Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru"**. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu drg. Nur Pelita sembiring, M.K.M sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan, petunjuk, dan motivasi hingga selesainya skripsi ini. Kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis di dalam penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemudahan untuk kita semua.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini dan masa yang akan datang.

Pekanbaru, Oktober 2023

Penulis

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA/SISWI SMPN 37 PEKANBARU

Nahda Alfiah (11980322599)

Di bawah bimbingan Nur Pelita Sembiring dan Novfitri Syuryadi

INTISARI

Sarapan merupakan kegiatan makan dan minum yang dilakukan pada saat bangun pagi sampai pukul 09.00 pagi untuk memenuhi asupan zat gizi harian sebanyak 15-30% agar terwujudnya kehidupan yang sehat, aktif, dan cerdas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah sarapan berhubungan terhadap konsentrasi siswa/siswi SMPN 37 Pekanbaru. Konsentrasi dalam penelitian ini menggunakan tes *Grid Concentration Exercise*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 96 responden. Hasil penelitian menunjukkan siswa yang melakukan sarapan sebanyak 61,4% dengan kebiasaan sarapan jarang (< 4 kali/minggu) sebanyak 55,2%. Siswa dengan jumlah sarapan yang kurang (< 15% AKG) yaitu sebanyak 56,2%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki konsentrasi sedang dan rendah masing - masing sebesar 44,7%. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara sarapan terhadap konsentrasi p=0,000 (p<0,05). Kesimpulan menunjukkan terdapat hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa SMPN 37 Pekanbaru.

Kata kunci : konsentrasi, sarapan, siswa

UIN SUSKA RIAU

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.

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

THE CORRELATION BETWEEN BREAKFAST AND CONCENTRATION OF STUDENTS AT SMPN 37 PEKANBARU

Nahda Alfiah (11980322599)

Under the Guidance of Nur Pelita Sembiring and Novfitri Syuryadi

ABSTRACT

Breakfast is the activity of eat and drink carried out after waking up in the morning until 09.00 am to fulfill the daily nutrition intake amounted 15% - 30% in order to manifest a healthy, active, and smart life. This research aimed to find out if breakfast has a correlation to the concentration of students at State Junior High School 37 Pekanbaru. Concentration in this research used Grid Concentration Exercise Test. The sampling technique in this research used simple random sampling. The total respondents in this research were 96 respondents. The research results showed that the students who had breakfast were 61,4% with the habit of rarely having breakfast (< 4 times/week) were 55,2%. The students with less breakfast (< 15% AKG) were 56,2%. The research results showed that the students who had medium and low concentration each by 44,7%. The results of this research showed that there was a correlation between breakfast and concentration with p value = 0,000 (p<0,05). The conclusion of this research was a significant correlation between breakfast and student concentration at SMPN 37 Pekanbaru.

keywords : breakfast, concentration, students

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

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 2
1.3. Manfaat Penelitian 3
1.4. Hipotesis Penelitian 3

II. TINJAUAN PUSTAKA 4
2.1. Sarapan 4
2.2. Konsentrasi 6
2.3. Siswa 8

III. METODE PENELITIAN 11
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian 11
3.2. Konsep Operasional 11
3.3. Metode Pengambilan Sampel 12
3.4. Analisis Data 13

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN 15
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 15
4.2. Karakteristik Responden 16
4.3. Kebiasaan Sarapan 16
4.4. Konsentrasi 19
4.5. Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi 20

V. KESIMPULAN DAN SARAN 23
5.1. Kesimpulan 23
5.2. Saran 23

DAFTAR PUSTAKA 24
LAMPIRAN 28

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

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

3.1. Konsep Operasional 11
3.2. Kategori Pengukuran Variabel 14
4.1. Karakteristik Responden 16
4.2. Jumlah siswa yang sarapan dan tidak sarapan 17
4.3. Frekuensi sarapan dan Jumlah sarapan yang dikonsumsi 18
4.4. Konsentrasi siswa SMPN 37 Pekanbaru 19
4.5. Tabulasi silang antara sarapan dengan konsentrasi 20

UIN SUSKA RIAU

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

2.1. Kerangka Pemikiran Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru 10

4.1. Lokasi Penelitian 15

UIN SUSKA RIAU

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.

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

DAFTAR SINGKATAN

AKG	Angka Kecukupan Gizi
DEPKES RI	Departemen Kesehatan Republik Indonesia
PERGIZI	Perhimpunan Pakar Gizi
SMPN	Sekolah Menengah Pertama Negeri
SPSS	*Statistical Product Service Solutions*
URT	Ukuran Rumah Tangga
WIB	Waktu Indonesia Barat

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Halaman**

Lampiran 1. Angket sarapan pagi 28
Lampiran 2. Tabel *food recall* 30
Lampiran 3. Tes *grid concentration exercise* 31
Lampiran 4. Surat izin penelitian 32
Lampiran 5. Surat pengesahan dari sekolah 33
Lampiran 6. Ethical clearance 34
Lampiran 7. Dokumentasi penelitian 35
Lampiran 8. Frekuensi sarapan 38
Lampiran 9. Jumlah sarapan yang dikonsumsi 41
Lampiran 10. Konsentrasi 44
Lampiran 11. Kebiasaan sarapan 47
Lampiran 12. Uji chi-square kebiasaan sarapan dengan konsentrasi 50
Lampiran 13. Crosstabulation kebiasaan sarapan dengan konsentrasi 50

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

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sarapan merupakan suatu hal yang sangat penting bagi setiap orang sebelum melakukan aktivitas di pagi hari. Sarapan apabila dilakukan dapat bermanfaat bagi tubuh untuk menghasilkan energi ketika beraktivitas di pagi hari dan bermanfaat dalam mencegah hipoglikemia (Hartoyo dkk., 2015). Sarapan merupakan kegiatan makan dan minum yang dilakukan oleh seseorang pada saat bangun pagi sampai pukul 09.00 pagi untuk memenuhi asupan zat gizi harian sebanyak 15-30% agar terwujudnya kehidupan yang sehat, aktif, dan cerdas (Pergizi, 2013).

Sarapan termasuk dalam 13 Pedoman Umum Gizi Seimbang yaitu makanan yang dikonsumsi di waktu pagi hari sebelum memulai aktivitas yang terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk (Hartoyo dkk., 2015). Sarapan yang sehat terdiri dari makanan yang memiliki sumber karbohidrat, lauk-pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, dan minuman. Makanan ini sangat baik untuk dikonsumsi setiap hari karena dapat berpengaruh terhadap kualitas gizi (Depkes RI, 2014). Sarapan penting sekali dalam menunjang aktivitas sehari-hari. Kebiasaan sarapan dapat membantu seseorang dalam memenuhi kecukupan gizi hariannya (Hartoyo dkk., 2015).

Peran penting sarapan bagi siswa yaitu untuk pemenuhan gizi di pagi hari. Namun salah satu kebiasaan anak muda saat ini yaitu kurangnya minat dalam membiasakan diri untuk sarapan, bahkan suka mengundur jam sarapan menjadi jam makan siang (Rima dkk., 2020). Menurut data Pergizi (2013) terdapat sebanyak 16,9 - 59% anak usia sekolah dan remaja, serta 31,2% orang dewasa di Indonesia yang tidak biasa melakukan sarapan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2015 terdapat sekitar 55% siswa yang belum membiasakan diri untuk sarapan (Saragi, 2015). Menurut hasil penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2012, terdapat sebanyak 41,7% anak usia sekolah yang jarang sarapan (Desfita, 2012).

Siswa sering melewatkan sarapan karena beberapa alasan seperti kurang nafsu makan, rendahnya pengetahuan gizi yang dimiliki siswa, sarapan tidak

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.

tersedia, dan tidak mempunyai waktu untuk sarapan dikarenakan telat bangun pagi dan jarak antara rumah dengan sekolah cukup jauh (Sofianita dan Sartika, 2014). Sarapan sangat penting diberikan kepada anak usia sekolah karena dapat mendukung energi dalam beraktivitas dan memiliki konsentrasi yang baik dalam belajar. Sarapan mungkin tidak terlalu penting bagi beberapa orang, namun sangat penting bagi tubuh saat beraktivitas seharian (Hartoyo dkk., 2015). Menyediakan sarapan di rumah sangatlah penting karena dapat mendukung dan mendorong anak untuk terbiasa sarapan (Meriska dkk., 2016).

Manfaat terpenting sarapan bagi tubuh yaitu dapat membantu mempertahankan kadar glukosa yang ada di dalam darah. Dikarenakan jarak antara makan malam dengan makan pagi sangat panjang yaitu sekitar 10 jam, kadar glukosa yang menjadi sumber energi di dalam tubuh menurun di pagi hari (Al-Faida, 2021). Oleh sebab itu, apabila sering meninggalkan sarapan tubuh akan kekurangan glukosa yang dapat mempengaruhi seluruh organ termasuk otak. Keadaan lapar dipagi hari berpengaruh terhadap kemampuan belajar siswa, termasuk kemampuan berkonsentrasi (Widodo dkk., 2015)

Sarapan jika terus dilewatkan dapat mengakibatkan terganggungnya konsentrasi, apabila terus dibiarkan maka dapat berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa (Sukniarti, 2015). Dalam proses pembelajaran konsentrasi sangat diperlukan demi tercapainya suasana belajar yang kondusif agar kemampuan kognitif pada anak meningkat. Jika siswa tidak sarapan maka perut akan terasa lapar. Sarapan dapat berpengaruh terhadap rendahnya tingkat konsentrasi siswa dan daya ingat yang pendek (Rosalina dan Djayusmantoko, 2021). Oleh karena itu sarapan sangat berepengaruh terhadap konsentrasi sehingga berperan dalam peningkatan prestasi belajar siswa (Setiawan dan Haridito, 2015).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru".

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa/siswi di SMPN 37 Pekanbaru.

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
UIN SUSKA RIAU

1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah sebagai sumber informasi ilmiah untuk mengetahui hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa/siswi SMPN 37 Pekanbaru.

1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan antara sarapan terhadap konsentrasi siswa/siswi SMPN 37 Pekanbaru.

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
UIN SUSKA RIAU

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Sarapan

2.1.1. Pengertian Sarapan

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan ketika bangun pagi sampai pukul 09.00 yang bertujuan untuk memenuhi 15-30% asupan zat gizi harian agar terwujudnya kehidupan yang sehat, aktif, dan cerdas (Pergizi, 2013). Hal ini sejalan dengan pendapat Suhaimi (2019) bahwa sarapan merupakan kegiatan yang dilakukan mulai dari bangun pagi sampai jam 9 pagi yang bertujuan dalam menciptakan kehidupan yang sehat aktif, dan produktif. Sarapan sangat penting bagi tubuh untuk menghasilkan energi saat beraktivitas di pagi hari. Tubuh manusia yang melewatkan sarapan pagi akan terasa lemah baik dalam berfikir maupun dalam melakukan kegiatan fisik (Hartoyo dkk., 2015).

Sarapan merupakan waktu makan terpenting dalam satu hari. Sarapan menjadi sebagai sumber energi bagi manusia untuk untuk memulai aktivitas sehari-hari. Menu makanan yang ringan seperti roti selai dengan susu, serealia dengan susu, atau buah dengan air putih selalu menjadi pilihan orang ketika sarapan (Sajaka dkk., 2019). Bagi anak sekolah sarapan sangat penting, sarapan harus memenuhi total kalori kebutuhan anak setiap hari. Mengonsumsi 2 potong roti dan telur, satu porsi bubur ayam, serta satu gelas susu dan buah akan diperoleh sebanyak 300 kalori (Sartika, 2012). Sarapan dengan menu yang beragam dapat memenuhi kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesegaran tubuh serta meningkatkan produktivitas saat bekerja. Pada anak-anak sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar dapat meningkat (Soekirman, 2000).

2.1.2. Manfaat sarapan

Sarapan banyak sekali mengandung manfaat, diantaranya untuk menjaga kesehatan tubuh dan kinerja otak (Rima dkk., 2020). Menurut Khomsan (2010) dalam (Saniartha, 2020) sarapan jika rutin dilakukan dapat memberi manfaat seperti meningkatkan kemampuan otak, meningkatkan asupan vitamin dan mineral serta dapat memperkuat daya ingat seseorang. Anak yang terbiasa

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.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

melakukan sarapan secara rutin akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak, terutama daya ingat anak. Hal ini berpengaruh terhadap konsentrasi anak sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar anak di sekolah (Mawarni, 2021).

Manfaat sarapan terpenting bagi tubuh yaitu dapat membantu mempertahankan kadar glukosa dalam darah. Mengingat jarak antara makan malam dengan pagi sangat panjang yaitu kurang lebih sekitar 10 jam, kadar glukosa darah yang menjadi sumber energi dalam tubuh akan menurun di waktu pagi hari. Oleh karena itu, jika meninggalkan sarapan dapat menyebabkan tubuh kekurangan glukosa sehingga berdampak terhadap semua aktivitas tubuh seperti kemampuan dalam berfikir dan konsentrasi dapat terganggu (Saragi, 2015). Hal ini sejalan dengan pendapat Moehji dalam Hartoyo (2015) yang meyebutkan bahwa seseorang yang melewatkan sarapan tubuhnya tidak akan mampu melakukan pekerjaan dengan baik. Hal ini diakibatkan karena tubuh berusaha meningkatkan kadar gula darah dengan mengambil cadangan glikogen, apabila habis maka cadangan lemaklah yang akan diambil. Sarapan dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah. Apabila kadar gula darah normal maka seseorang dapat berkonsentrasi dengan baik sehingga berdampak positif dalam meningkatkan produktivitas (Khomsan, 2002).

Sarapan yang rutin bemanfaat untuk memenuhi kebutuhan energi dalam tubuh dan dapat melakukan aktivitas secara optimal. Bagi anak sekolah melakukan sarapan pagi secara rutin dapat memenuhi kecukupan gizi hariannya (Ma'arif dkk., 2021). Anak yang membiasakan sarapan akan mempunyai energi yang cukup untuk menangkap pelajaran yang diajarkan oleh guru disekolah (Apriani dkk., 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat Khomsan (2002) yang menyebutkan bahwa sarapan bagi anak sekolah dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan siswa dalam menyerap ilmu pelajaran sehingga prestasi belajar siswa meningkat.

2.1.3. Akibat tidak sarapan

Seseorang yang melewatkan sarapan akan merasa lapar karena kondisi perut yang kosong. Apabila anak sekolah melewatkan sarapan maka kadar gulanya akan menurun. Hal ini akan menyebabkan tubuh berusaha meningkatkan

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

kadar gula darah dengan cara mengambil cadangan glikogen (Hartoyo dkk., 2015). Menurut Dobge dan Aibdoo (2014) anak yang tidak sarapan akan berdampak tidak konsentrasi dalam belajar karena kondisi perut yang lapar. Glukosa merupakan sumber energi utama yang diperlukan oleh tubuh, apabila terjadi penurunan kadar glukosa dalam darah maka hal ini akan berdampak terhadap seluruh organ tubuh, salah satunya yaitu kerja otak. Hal ini sejalan dengan pendapat Saragi (2015) yang menyatakan bahwa tubuh akan kekurangan glukosa jika melewatkan sarapan sehingga akan berdampak terhadap semua aktivitas tubuh seperti terganggunya konsentrasi dan kemampuan dalam berpikir.

Dampak melewatkan sarapan dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, lesu, mengantuk, dan aktivitas sehari-hari dapat terganggu (Sukiniarti, 2015). Hardinsyah dan Aries (2012) menegaskan bahwa siswa yang seringkali melewatkan sarapan cenderung menunjukkan keadaan tubuh yang lemas, kurang fit, sering mengantuk bahkan juga sering mengalami pusing. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Roslina dan Djayusmantoko (2021) yang menyatakan bahwa peserta didik yang melewatkan sarapan akan merasa lapar, lemas, pusing, dan mengantuk saat sedang belajar di sekolah.

Sering melewatkan sarapan dapat berpengaruh terhadap konsentrasi, jika tidak segera diatasi akan mengakibatkan penurunan prestasi belajar siswa (Al-Fadia, 2021). Kebalikannya anak yang terbiasa melakukan sarapan secara rutin akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak, terutama daya ingat anak. Hal ini berpengaruh terhadap konsentrasi belajar anak sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar anak di sekolah (Devi, 2012). Oleh sebab itu sarapan sangat berhubungan dengan konsentrasi yang tinggi sehingga berperan dalam meningkatkan prestasi belajar siswa (Setiawan dan Haridito, 2015).

2.2. Konsentrasi

2.2.1. Pengertian Konsentrasi

Konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pikiran terhadap suatu objek tertentu (Priambodo, 2010). Konsentrasi dibutuhkan pada setiap kegiatan manusia. Manusia yang berkonsentrasi dapat lebih cepat mengerjakan pekerjaan dan memperoleh hasil yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan pendapat Setiawan (2015) bahwa konsentrasi adalah bentuk dari pemusatan pikiran maupun perhatian

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
UIN SUSKA RIAU

yang dilakukan oleh seseorang terhadap suatu objek dalam memperoleh informasi tertentu.

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran untuk melakukan sesuatu. Konsentrasi dibutuhkan tidak hanya untuk belajar, akan tetapi juga dibutuhkan pada saat berkomunikasi dengan orang lain (Fajar, 2020). Konsentrasi dapat tercapai apabila seseorang mampu mengabaikan hal-hal disekitarnya yang dapat mengganggu pikirannya (Lestari dkk., 2015).

Konsentrasi adalah usaha seseorang dalam memahami dan menguasai pikiran-pikirannya terhadap suatu hal sehingga tidak lagi merespon apapun yang dapat mengganggu pikirannya (Mulyadi & Adriantoni, 2021). Konsentrasi menurut Winata (2021) adalah ketika seseorang berusaha memfokuskan perhatiannya terhadap suatu objek, sehingga bisa memahami, mengerti dan mencegah hal-hal yang dapat merusak perhatian.

2.2.2. Ciri-ciri konsentrasi

Menurut Gauron (1984) menyebutkan 4 ciri-ciri konsentrasi diantaranya yaitu tertuju terhadap satu benda atau fokus pada satu titik tanpa menghiraukan sekeliling, merupakan keseluruhan, perhatian tertuju terhadap objek atau pemikiran tertentu dan mengabaikan objek atau pemikiran lain, tenang dan memiliki mental yang kuat. Apabila konsentrasi baik pengaruh dari luar tidak akan merusak perhatian. Pikiran yang dimiliki tenang dan mental tetap kuat.

Menurut Setiawan (2015), konsentrasi memiliki ciri-ciri diantaranya seseorang tetap fokus pada satu titik benda atau sasaran yang dituju tanpa adanya pemikiran lain yang dapat merusak konsentrasi serta perhatian baik pikiran maupun mental. Seseorang dapat dikatakan berkonsentrasi apabila fokus terhadap sesuatu yang sedang dihadapi (Winata, 2021).

2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi

Konsentrasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya motivasi yang diperolehnya, keinginan atau ketertarikannya terhadap sesuatu, situasi tekanan yang dapat mengancam dirinya, tingkat kecerdasan yang dimiliki, lingkungan sekitar, lemahnya minat dan motivasi pada pelajaran, perasaan gelisah, tertekan, marah, khawatir, takut, benci dan dendam, suasana lingkungan

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.

belajar yang berisik dan berantakan, kondisi kesehatan jasmani, bersifat pasif dalam belajar, tidak memiliki kecakapan dalam cara-cara belajar yang baik, keadaan fisik, psikis, emosional dan pengalamannya (Isnawati, 2020).

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

Rasa lapar merupakan salah satu faktor terganggunya konsentrasi pada siswa (Munif, 2021). Rasa lapar disebabkan karena siswa melewatkan sarapan. Hal ini dapat berpengaruh terhadap rendahnya tingkat konsentrasi siswa dan daya ingat yang pendek (Rosalina dan Djayusmantoko, 2021).

Beberapa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar adalah faktor eksternal yang meliputi lingkungan, guru, dan masyarakat. Faktor internal meliputi bakat, genetik, dan intelegensi anak (Mawarni, 2021). Menurut Winata (2021) konsentrasi dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal dapat menentukan tingkat konsentrasi seseorang meliputi pola makan yang baik, kondisi fisik yang sehat, tidak terdapat masalah yang serius serta bersemangat dalam belajar. Faktor eksternal diantaranya yaitu lingkungan belajar yang tenang, penerangan yang baik dan suhu lingkungan yang nyaman.

2.3. Siswa

Siswa merupakan salah satu komponen pendidikan yang tidak bisa ditinggalkan karena tanpa siswa proses pembelajaran tidak dapat berjalan. Proses pembelajaran siswa sebagai pihak yang memiliki tujuan yang ingin dicapai dan dikembangkan dari pendidik untuk membawanya menuju kedewasaan diri (Suryani, 2023). Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 2 siswa atau peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Siswa adalah semua orang yang melibatkan diri dalam kegiatan pendidikan atau terlirbat secara langsung, yaitu

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.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

semua masyarakat yang mengikuti pembelajaran di lembaga pendidikan formal dan informal (Sopandi dan Sopandi, 2021).

Menurut Akrim (2020) karakteristik siswa merupakan ciri khusus yang dimiliki oleh masing-masing siswa baik sebagai individu atau kelompok sebagai pertimbangan dalam proses pengorganisasian pembelajaran. Hamzah (2010) dalam Bukoting (2023) menyebutkan bahwa siswa memiliki beberapa karakteristik diantaranya yaitu : 1) Memiliki kecerdasan dan kemampuan yang unik. 2) Memiliki gaya belajar yang berbeda. 3) Motivasi dan minat siswa berperan penting dalam pembelajaran. 4) Memiliki kepribadian yang berbeda. 5) Beberapa siswa ada yang memiliki kebutuhan pendidikan khusus seperti disabilitas fisik atau intelektual, kesulitan dalam belajar, atau kebutuhan khusus lainnya. 6) Siswa berasal dari berbagai latar belakang budaya dan sosial.

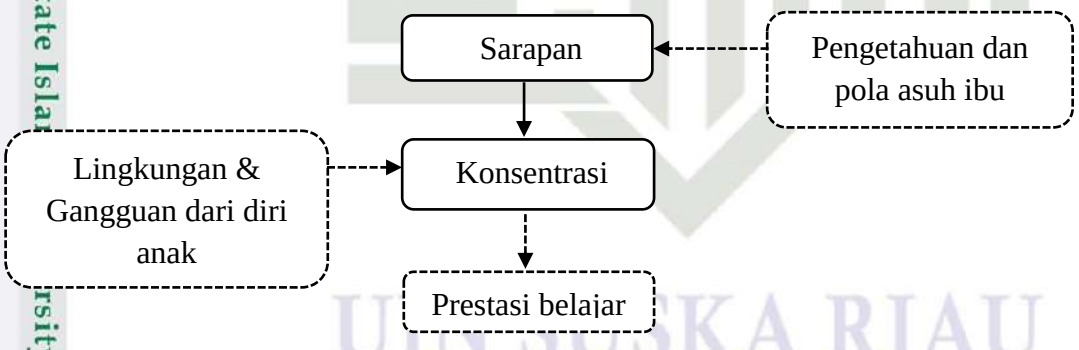
Siswa atau peserta didik membutuhkan beberapa jenis kebutuhan agar tercapainya tujuan pendidikan. Putri dkk., (2023) menjelaskan setiap jenis kebutuhan siswa diantaranya yaitu : 1) Kebutuhan fisik, agar siswa dapat belajar dengan baik fasilitas harus memadai. 2) Kebutuhan emosional, menciptakan lingkungan yang inklusif dan ramah, memfasilitasi interaksi sosial antar siswa, dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial. 3) Kebutuhan intelektual, menyusun kurikulum sesuai dengan perkembangan siswa dan memfasilitasi pembelajaran yang menarik dan bermakna. 4) Kebutuhan sosial, siswa perlu merasakan adanya rasa kebersamaan dan persatuan di dalam lingkungan pendidikan. 5) Kebutuhan psikologis, memberikan dukungan emosional kepada siswa melalui konseling dan program bimbingan. 6) Kebutuhan spiritual, mendorong peserta didik untuk mengembangkan nilai-nilai integritas, empati, dan rasa tanggung jawab melalui kegiatan pendidikan karakter. 7) kebutuhan kognitif, siswa membutuhkan stimulasi kognitif yang sesuai dengan tingkat perkembangan mereka. 8) Kebutuhan belajar, siswa membutuhkan strategi pembelajaran yang sesuai dengan gaya belajar mereka. 9) Kebutuhan motivasi, motivasi mempengaruhi keinginan siswa untuk belajar dan mencapai tujuan. 10) Kebutuhan karakteristik individual, setiap siswa memiliki karakteristik dan keunikan individu.

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
UIN SUSKA RIAU

KERANGKA PEMIKIRAN

Siswa SMP merupakan remaja awal dengan rentang usia 13-15 tahun. Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang sangat pesat secara fisik, psikologis, maupun intelektual sehingga diperlukan asupan zat gizi yang lebih banyak untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan pada masa remaja (Sudiarmanto dan Sumarmi, 2020). Pemenuhan zat gizi diperoleh dari asupan yang dikonsumsi, asupan pertama yang dikonsumsi sejak bangun tidur disebut dengan sarapan. Sarapan menyumbangkan asupan zat gizi perhari hingga 25 % dari total kebutuhan energi, oleh sebab itu sarapan sangat mendukung proses pertumbuhan fisik remaja (Lentini dan Margawati, 2014). Kebiasaan sarapan yang baik dapat berpengaruh terhadap konsentrasi karena siswa yang sarapan lebih bersemangat dan berkonsentrasi dalam belajar (Sukniarti, 2015). Pengetahuan dan pola asuh ibu berperan penting dalam kebiasaan sarapan anak.

Konsentrasi yang baik dapat tercapai apabila seseorang mampu mengabaikan hal-hal disekitar yang dapat mengganggu pikiraannya (Lestari dkk., 2015). Gangguan dari diri anak seperti merasa tidak tenang, cemas, takut, kesal, kondisi kebugaran dan lingkungan yang tidak kondusif dapat berpengaruh terhadap konsentrasi (Lipdyaningsih dkk., 2017). Jika tidak segera diatasi dapat berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa.



Keterangan :

= variabel yang diteliti
= variabel yang tidak diteliti
= hubungan yang diteliti
= hubungan yang tidak diteliti

Gambar 2.1. Kerangka Pemikiran Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru

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
UIN SUSKA RIAU

III. METODE PENELITIAN

3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan di SMPN 37 Pekanbaru. Waktu penelitian dilaksanakan pada Bulan Februari sampai dengan Maret 2023. Alasan memilih lokasi penelitian ini karena pada tahun 2015 di Pekanbaru terdapat sekitar 55% siswa yang belum membiasakan diri untuk sarapan dan berdasarkan hasil observasi banyak siswa yang kurang berkonsentrasi di kelas ketika jam pelajaran berlangsung.

3.2. Konsep Operasional

Konsep operasional hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa/siswi SMPN 37 pekanbaru dapat dilihat pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Konsep Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur
Sarapan	Kegiatan makan dan minum yang dilakukan ketika bangun pagi sampai pukul 09:00 (Pergizi, 2013).	Wawancara	Angket kebiasaan sarapan Formulir *food recall 24 H*	Kebiasaan sarapan 1. Sering (≥ 4 kali/minggu) 2. Jarang (< 4 kali/minggu) Jumlah Sarapan 1. Cukup (15% - 30% AKG) 2. Kurang baik (< 15% atau > 30% AKG)
Konsentrasi	Usaha seseorang dalam memahami dan menguasai pikirannya terhadap suatu hal sehingga tidak lagi merespon apapun yang dapat mengganggu pikirannya (Mulyadi & Adriantoni, 2021)	Tes *Grid Concentration Exercise*	Blanko *Grid Concentration Exercise*	1. Rendah = 0 – 10 2. Sedang = 11 – 20 3. Tinggi = 21 – 30

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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

3.3. Metode Pengambilan Sampel

Penelitian merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Populasi dalam penilitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 37 Pekanbaru yang berjumlah sebanyak 241 orang. Pemilihan sampel ini menggunakan teknik *random sampling.* Besar sampel dihitung menggunakan rumus Lameshow (1997) :

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

keterangan :

n = besar sampel

N = besar populasi

d = tingkat presisi/deviasi (*limit error*) (5% = 0,5)

zα = tingkat kepercayaan 95% nilai Z1-a/2 = 1.96 ($\alpha = 0.05$)

p = prevalensi remaja yang tidak biasa sarapan (Jannah, 2017) 9,5% = 0.095 = 0,1

$$n = \frac{(1.96)^2(0.1)(0.9)241}{(0.05)^2(241-1)+(1.96)^2(0.1)(0.9)}$$

$$n = 87$$

Berdasarkan perhitungan rumus di atas maka diperoleh jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 87 responden, namun untuk mengatasi adanya responden yang dropout selama penelitian maka jumlah responden ditambahkan 10% menjadi 96 responden.

Kriteria dalam penelitian ini :

a. Siswa kelas VIII di SMPN 37 Pekanbaru.

b. Siswa kelas VIII yang hadir dalam keadaan sehat.

c. Siswa kelas VIII yang bersedia menjadi responden.

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
UIN SUSKA RIAU

3.4. Analisis Data

Data responden yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis. Pengolahan data terbagi menjadi beberapa tahap diantaranya *editing, coding, data entry* (memasukkan data), *cleaning*, dan analisis data. Analisis data menggunakan software *Microsoft Excel* 2013 *for windows* dan menggunakan *Software* SPSS versi 21.

Data variabel sarapan diperoleh menggunakan lembar wawancara dan pengamatan langsung kepada responden. Data kebiasaan sarapan pada penelitian ini meliputi frekuensi sarapan dalam seminggu, serta jumlah makanan yang dikonsumsi diperoleh dari hasil wawancara menggunakan angket kebiasaan sarapan dan formulir *food recall 1x24* jam. Sarapan dikategorikan menjadi sarapan yang baik apabila dilakukan ≥ 4 kali/minggu dengan jumlah asupan 15% - 30% dari AKG. Sarapan pagi dikategorikan menjadi sarapan pagi yang kurang baik apabila dilakukan < 4 kali/minggu dengan jumlah asupan < 15% atau > 30% dari AKG. Jika ditampilkan dalam bentuk rumus sebagai berikut.

$$\text{Jumlah asupan} = \frac{Asupan}{Kebutuhan} \text{ x } 100\%$$

Kebutuhan kalori dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus koreksi AKG dengan berat badan. Rumusnya yaitu sebagai berikut.

$$\text{AKG koreksi energi} : \frac{BB}{BB\ AKG\ kelompok\ umur} \text{ x AKG}$$

Asupan merupakan jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh seseorang pada waktu tertentu. Jumlah asupan dalam penelitian ini menggunakan metode *food recall 24 H* kemudian dimasukkan ke dalam rumus perhitungan dibawah ini :

Asupan = 15% - 30% x Total energi AKG koreksi

Data variabel konsentrasi belajar diperoleh menggunakan lembaran *Grid Concentration Exercise*. Siswa diminta menghubungkan angka-angka dari angka terkecil yaitu 00 sampai angka terbesar yaitu 99 dalam waktu 1 menit dengan

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
UIN SUSKA RIAU

posisi duduk siswa yang berjarak 1 meter dengan teman lainnya. Konsentrasi dikatakan rendah apabila siswa mampu menyelesaikan 0 – 10 angka. Konsentrasi sedang apabila siswa mampu menyelesaikan 11 – 20 angka. Konsentrasi dikatakan tinggi jika siswa mampu menyelesaikan 21 – 30 angka. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat konsentrasi yang dimiliki oleh siswa. Kategori pengukuran variabel dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2. Kategori Pengukuran Variabel

Data	Variabel	Kategori	Sumber
Sarapan pagi	Kebiasaan sarapan	Sering (≥ 4 kali/minggu) Jarang (< 4 kali/minggu)	Khalida, dkk. 2016
	Jumlah sarapan	Cukup (15% - 30% AKG) Kurang baik (<15% atau > 30% AKG)	Pergizi, 2013
Konsentrasi	Skor Grid Concentration Exercise	Rendah = 0 – 10 Sedang = 11 – 20 Tinggi = 21 – 30	Puspaningrum, 2013

Data disajikan dalam bentuk tabel dan dilakukan analisis secara statistik. Data yang dianalisis secara deskriptif yaitu frekuensi sarapan dan waktu sarapan. Analisis data bivariat dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel independen (sarapan) dan variabel dependen (konsentrasi). Analisis bivariat yang dilakukan yaitu uji *Chi-square*. Data yang diuji korelasi adalah data hubungan sarapan terhadap konsentrasi siswa/siswi SMPN 37 Pekanbaru. Uji analisis hubungan antar dua variabel dapat dikatakan bermakna apabila $p < 0{,}05$ dan dikatakan tidak bermakna apabila $p > 0{,}05$.

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
UIN SUSKA RIAU

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Responden dalam penelitian ini berusia antara 13-15 tahun dengan jumlah responden laki-laki sebanyak 54 responden (56%) dan jumlah responden perempuan sebanyak 42 responden (44%). Sebagian besar responden melakukan sarapan kurang dari 4 kali dalam seminggu sebanyak 53 orang (55%). Konsentrasi responden SMPN 37 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi sedang dan rendah jumlahnya sama banyak yaitu sebesar 45% dan responden yang memiliki konsentrasi tinggi yaitu sebanyak 10%. Berdasarkan hasil uji Chi-square diketahui bahwa terdapat hubungan sarapan terhadap konsentrasi di SMPN 37 Pekanbaru ($p<0,05$).

5.2. Saran

Diharapkan untuk kedepannya kebiasaan sarapan siswa lebih ditingkatkan lagi seperti kebiasaan sarapan dan jumlah asupan yang dikonsumsi. Jumlah asupan yang masih kurang baik lebih ditingkatkan lagi karena sarapan yang baik apabila asupan seseorang mencapai 15% - 30% AKG. Diharapkan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai intervensi edukasi sarapan yang baik .

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.

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

DAFTAR PUSTAKA

Akrim. 2020. *Desain Pembelajaran*. PT Raja Grafindo Persada. Depok. 322 hal.

Al-faida, N. 2021. Pengaruh Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Persada Nabire Provinsi Papua. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 17(2): 81-86.

Amalia, S. M. K., M. dan Adriani. 2019. Hubungan antara Kebiasaan sarapan dengan Status Gizi pada siswa SMP Negeri 5 Banyuwangi. *Amerta Nutrition*, 3(4): 212-217.

Apriani, D. G. Y., D. M. F. S. Putri., dan M. M. Adnyana. 2022. Hubungan Sarapan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak Kelas 4-6 Sekolah Dasar Negeri 1 Tiyinggading. *Jurnal Medika Usada*, 5(1): 16-21.

Bukoting, S. 2023. *Menjadi Guru yang Dicintai Siswa*. Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia. Nusa Tenggara Barat. 76 hal

Departemen Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Depkes RI. Jakarta. 96 hal.

Dewi, N. P. S. R., D. M. Citrawathi., dan G. S. Giana. 2020. Hubungan Pola Sarapan dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 2 Banjar. *Jurnal Matematika, Sains, dan Pembelajarannya*, 14(1): 168-177.

Dobge, E. A., dan B. Abaidoo. 2014. Breakfast Eating Habits Among Medical Students. *Ghana Medical Journal*, 48(2): 66-70.

Desfita, S. 2012. Prevalensi Anemia, Status Gizi dan Kebiasaan Makan Pagi pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Bukit Raya Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 1(4): 176-180.

Fajar, M. N. 2020. Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Konsentrasi Siswa SMP Negeri 1 Ngunut Tulungagung. *Journal STAND : Sports and Development*, 1(1): 35-42.

Gauron, E. F. 1984. *Mental Training for Peak Performance*. Sport Science Association. New York. 195 p.

Hardiansyah., dan M. Aries. 2012. Jenis Pangan dan Perannya dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6-12 Tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan.* 7(2): 89-96.

Hartoyo, E., Q. Sholiha., R. Fauzia., dan N, D. Rachman. 2015. *Sarapan Pagi & produktivitas*. Universitas Brawijaya Press (UB Press). Malang. 120 hal.

Isnawati. 2020. *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar*. CV. Jakad Media Publishing. Surabaya. 196 hal.

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

Istianah. 2008. Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 20 Bekasi. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Agama Islam. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Syarief Hidayatullah. Jakarta.

Kalida, E., E. Fadlyana., dan D. H. Somasetia. 2016. Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar dan Fungsi Kognitif Pada Anak Sekolah Dasar. *Sari Pediatri*, 17(2): 89-94.

Khomsan. 2002. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 209 hal.

Lameshow, S., D.W. Hosmer., J. Klar., dan S.K. Lwanga. 1997. Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. Gajamada University Press. Yogyakarta. 264 hal.

Latifah, K., dan Z. Habib. 2014. Hubungan Persepsi Terhadap Keterampilan Guru Mengajar dengan Konsentrasi Belajar Siswa di MA Darul Karomah Randuang Singosari-Malang. *Jurnal Psikoislamika*, 11(1): 15-22.

Lentini, B., dan A. Margawati. 2014. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Status Hidrasi dengan Konsentrasi Berfikir Pada Remaja. *Journal of Nutrition Collage*, 3(4): 631-637.

Lestari, G. Y., I. Widayanti, dan Rahmawaty. 2015. Hubungan Antara Olahraga Futsal dengan Konsentrasi. Prosiding Pendidikan Dokter Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba. Bandung: FK UNISBA (Gelombang 2). Hal 199-203.

Lipdyaningsih, S., T. Yuliati., dan Rahayu. 2017. Hubungan Kecukupan Gizi Makan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Prodi Biologi*, 6(5): 291-297.

Ma'arif, M. Z., A. M. Duwairoh., dan A. S. Firdauz. 2021. Hubungan Antara Sarapan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian*, 1(1): 52-57.

Masleni, L. S., L. Yemina., dan L. Siringo-ringo. 2021. Gambaran Kebiasaan Sarapan dengan Tingkat Konsentrasi Mahasiswa di Asrama Akademi Perawat RS PGI Cikini Jakarta Pusat. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 2(2): 19-25.

Mawarni. 2021. Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Siswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4): 159-157.

Meriska, I., K. Pramudho., dan B. Murwanto. (2016). Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 5(1): 90-97.

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.

Moehji, S. 2003. *Ilmu Gizi 2 Penanggulangan Gizi Buruk*. Papan Sinai. Jakarta. 136 hal.

Mulyadi., dan Adriantoni. 2021. *Psikologi Agama*. Kencana. Jakarta. 286 hal.

Munif, A. 2021. Perbedaan Konsentrasi Siswa Yang Sarapan dengan Siswa yang Tidak Sarapan di Sekolah Dasar Negeri Bulay 2 Kecamatan Galis Pamekasan Tahun 2017. *Anatomica Medical Journal*, 4(3): 40-48.

Niswah, I., M. R. M. Damanik., dan K. R. Ekawidyani. 2014. Kebiasaan Sarapan, Status Gizi, dan Kualitas Hidup Remaja SMP Bosowa Bina Insani Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 9(2): 97-102.

Pergizi. 2013. Pekan Sarapan Nasional. Pergizi Pangan Indonesia. https://pergizi.org. Diakses 21 April 2022.

Pratiwi. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa/Siswi di SMPN 14 Kota Bengkulu Pada Tahun 2022. Karya tulis ilmiah. Poltekkes Bengkulu.

Priambodo, A. 2010. Pengembangan Model Pelatihan Konsentrasi untuk Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis. Laporan Penelitian. Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia. Unesa. Surabaya.

Putri, A. M., S. Guspiati., I. B. A. A. Wiguna., Fajrianti., S. Septiani., R. Ayuni., M. Suyitno., R. Hayati., A. Desilawati., U. L. Resnasari., A. A. W. Putra., dan Y. Rahyasih. 2023. *Manajemen Peserta Didik*. PT Sada Kurnia Pustaka. Banten.. 159 hal.

Rima, T., I. Yusuf., S. Nisa., V. Aulia., dan T. Kurniati. 2020. Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 4(1): 26-29.

Rosalina, E., dan Djayusmantoko. 2021. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan dengan Konsentrasi Belajar Siswa-Siswi SD 37/III di Desa Koto Tuo Kabupaten Kerinci Tahun 2021. *Jurnal Psikologi Jambi*, 6(2): 26-31.

Sajaka, K. A., S. Priyatno., dan B. Hariyanto. 2019. *Explore Matematika*. Duta. 202 hal.

Saragi. 2015. Hubungan Sarapan Pagi dengan Aspek Biologis Anak Usia Sekolah. *Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 2(2): 1205-1211.

Sari, A. F. I., D. Briawan., dan C.M. Dwiriani. 2012. Kebiasaan dan Kualitas Sarapan pada Siswi Remaja di Kabupaten Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 7(2): 97-102.

Sartika, R. A. D. 2012. Penerapan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi Gizi terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(2): 76-82.

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

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

Setiawan, M. N., I. Haridito 2015. Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Konsentrasi Siswa (Studi Pada Siswa SMA Negeri 1 Widang Kelas XI). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3(1): 1-8.

Sirajuddin, S., dan M. Masni. 2015. Kejadian anemia pada siswa sekolah dasar. Kesmas: *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 9(3): 264-269.

Soekirman. 2000. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta. 153 hal.

Sofianita, N. I., dan R. A. D. Sartika. 2014. Pengaruh Pendidikan Gizi Tentang Sarapan Pada Siswa SD/MI Terpilih di Kota Depok, Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(2): 86-93.

Sopandi, D., A. Sopandi. 2021. *Perkembangan Peserta Didik.* CV Budi Utama. Yogyakarta. 57 hal.

Sudiarmanto, A. R., dan S. Sumarmi. 2020. Hubungan Asupan Kalsium dan Zink dengan Kejadian Stunting Pada Siswi SMP Unggulan Bina Insani Surabaya. *Jurnal Media Gizi Kesmas*, 9(1): 1-9.

Suhaimi, A. 2019. *Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Deepublish. Yogyakarta. 197 hal.

Sukniarti. 2015. Kebiasaan Makan Pagi Pada Anak Usia SD dan Hubungannya dengan Tingkat Kecerdasan. *Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia*, 1(3): 315-321.

Suryani, I. 2023. *Ilmu Pendidikan Islam*. Umsu Press. Medan. 160 hal.

Verdiana, L., dan L. Muniroh. 2017. Kebiasaan Sarapan Berhubungan dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa SDN Sukoharjo I Malang. *Media Gizi Indonesia*, 12(1): 14-20. DOI: https://doi.org/10.20473/mgi.v12i1.14-20

Wahyuningsih, N., S. T. Martaningsih., dan A. Supriyanto. 2021. *Makanan Sehat dan Bergizi Bagi Tubuh.* K-Media. Yogyakarta. 66 hal.

Widodo, A. T. P., A. Prastowo., dan Mustofa. 2015. Pengaruh Sarapan Terhadap Skor Konsentrasi Mahasiswa Jurusan Kedokteran Umum. *Fakultas Kedokteran Unsoed. Mandala Of Health*, 8(3): 622-627.

Winata, K. I. 2021. Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1): 13-24.

Yazid, S., N. Kusmaedi., dan S. T. Paramitha. 2016. Hubungan Konsentrasi dengan Hasil Pukulan Jarak Jauh (*Long Stroke*) Pada Cabang Olahraga *Woodball*. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(1): 50-54.

Yusuf, A., N. Warto., dan D. Pertiwi. 2017. Perbedaan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa antara Kebisingan Lingkungan Sekolah SDN 03 Alai dan SD Pertiwi 3 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3): 484–489.

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.

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

Lampiran 1. Angket Sarapan

ANGKET

HUBUNGAN SARAPAN TERHADAP KONSENTRASI SISWA/SISWI

SMPN 37 PEKANBARU

A. Idendtitas Responden

Nama :

Jenis kelamin :

Tanggal lahir :

Kelas :

Alamat :

B. Pertanyaan

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

1. Apakah pagi ini anda melakukan sarapan ?

   ☐ Ya

   ☐ Tidak

2. Seberapa sering anda sarapan pagi ?

   ☐ Tidak pernah sama sekali

   ☐ Sering (≥ 4 kali/minggu)

   ☐ Jarang (< 4 kali/minggu)

3. Pukul berapa anda melakukan sarapan pagi ?

   ☐ Sebelum jam 09:00

   ☐ Setelah jam 09:00

4. Apakah setiap pagi anda mengkonsumsi makanan lengkap seperti nasi, lauk dan sayur ?

   ☐ Ya

   ☐ Tidak

   Jika tidak apa yang biasa dikonsumsi……..
   Misalnya : nasi + telur dadar

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

5. Apa alasan anda melewatkan sarapan pagi ?

- ☐ Kurang nafsu makan
- ☐ Sarapan pagi tidak tersedia
- ☐ Jarak antara rumah dengan sekolah cukup jauh
- ☐ Telat bangun pagi
- ☐ Lainnya…….

6. Apakah keluarga anda selalu menyediakan sarapan di rumah ?

- ☐ Ya
- ☐ Tidak
  Jika tidak, kenapa ?.....

7. Apa yang kamu rasakan jika melakukan sarapan pagi ?

- ☐ Merasa lebih berkonsentrasi dalam belajar
- ☐ Merasa bersemangat dalam belajar
- ☐ Tidak mengantuk ketika di kelas
- ☐ Lainnya…….

UIN SUSKA RIAU

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Lampiran 2. Tabel *foodrecall*

TABEL *FOOD RECALL* 1 x 24 JAM

Nama :

Kelas :

Apakah anda sarapan hari ini ?

☐ Ya

☐ Tidak

Isilah dengan waktu, jenis atau macam makanan saat sarapan dengan satuan URT dalam 24 jam terakhir.

Waktu sarapan	Nama makanan	Bahan makanan	Jumlah yang dikonsumsi	
			URT	Gram

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

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

Lampiran 3. Blanko Grid Test Concentration

BLANKO GRID TEST CONCENTRATION

Nama :
Kelas :

Cara melakukan tes :
1. Secepat mungkin menemukan pasangan angka dari yang terkecil hingga yang terbesar secara berurutan dan tidak boleh ada angka yang diloncati.
2. Jika pasangan angka ditemukan langsung dicoret, dimulai dari 00.
3. Waktu diberikan selama 1 menit.

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

Keterangan :
Siswa diminta untuk mengisi lembaran tes ini dengan cara menghubungkan angka-angka yang terdapat dalam kotak yang berjumlah 10x10 kotak. Setiap kotak terdapat dua digit angka mulai dari 00 hingga 99. Siswa diminta untuk mencoret setiap angka mulai dari angka terkecil hingga angka terbesar. Waktu yang diberikan dalam tes ini yaitu 1 menit.

UIN SUSKA RIAU

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.

©

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

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. Tuah Madani Pekanbaru-Riau 28293 PO Box 1400
Telp. (0761) 562051 Fax. (0761) 262051, 562052 Website : https:///fpp.uin-suska.ac.id

UIN SUSKA RIAU

Nomor : B.7432/F.VIII/PP.00.9/12/2022
Sifat : Penting
Hal : Permohonan Izin Riset

Pekanbaru, 28 Desember 2022
04 Jumadil Akhir 1444

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SD Negeri 037 Pekanbaru .
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb,

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

Nama	: Nahda Alfiah
NIM	: 1198032565
Semester	: VII (Tujuh)
Prodi	: Gizi
Fakultas	: Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: **"Hubungan Sarapan Terhadap Kosentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru".**

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di SD Negeri 037 Pekanbaru Jl. Garuda Sakti N0. 25 Simpang Baru Kec. Tampan Kota Pekanbaru , sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

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

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Dekan,

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

y of Sultan Syarif Kasim Riau

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

Lampiran 5. Surat pengesahan dari sekolah

PEMERINTAH KOTA PEKANBARU
SMP NEGERI 37 PEKANBARU
Jl. Garuda Ujung - Kel. Tangkerang Tengah – Kec. Marpoyan Damai
NPSN : 69855692 NSS : 20.1.09.60.10.079 NIS : 200790
Email : smpn37pku@gmail.com Web : smpn37pekanbaru.sch.id
Akreditasi : A

SURAT KETERANGAN
Nomor:033/421.3/SMPN37PKU/II/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Sekolah SMP Negeri 37 Pekanbaru dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: **NAHDA ALFIAH**
N I M	: **1198032565**
Program Studi	: **S1 Gizi**
Fakultas	: **Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau**

Benar yang bersangkutan telah melakukan Riset Pada tanggal 24 – 25 Februari 2023 Pada SMP Negeri 37 Pekanbaru dalam hal mengumpulkan data guna pembuatan Skripsi.

Dengan Judul: **Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru**

Demikianlah surat keterangan ini kami berikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 27 Februari 2023
Kepala Sekolah

INDRAWATI, S.Pd, M.Si
NIP. 19650812 198803 2 005

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

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.

© Ha

Lampiran 6. Ethical Clearance

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

Jl. Tamtama No. 6 Labuh Baru – Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Website :www.payungnegeri.ac.id Email : info@payungnegeri.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.074/STIKES PN/KEPK/VI/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Nahda Alfiah
Principal In Investigator

Nama Institusi : UIN Suska Riau
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa/Siswi SMPN 37 Pekanbaru"

"The relationship between breakfast and the concentration of students at SMPN 37 pekanbaru"

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

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, 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 16 Juni 2023 sampai dengan tanggal 16 Juni 2024.

This declaration of ethics applies during the period June 16, 2023 until June 16, 2024.

June 16, 2023
Professor and Chairperson,

Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

Anggota Peneliti : Nahda Alfiah

Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

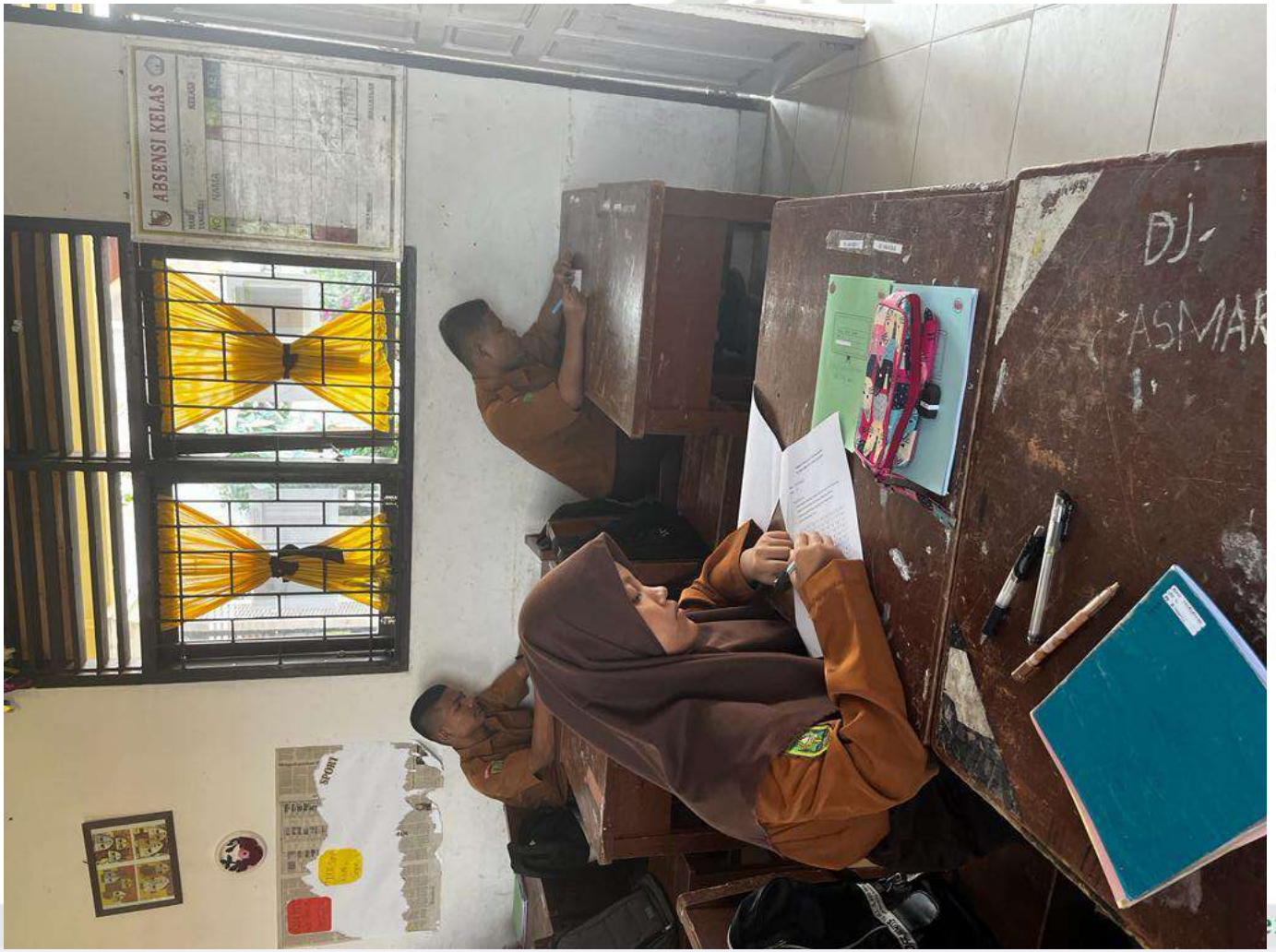
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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.

© Hak cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Lampiran 7. Dokumentasi penelitian

Gambar 1. Wawancara *food recall*



Gambar 2. Tes grid concentration

ersity of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

Gambar 3. Penyebaran angket kebiasaan sarapan

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

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 8. Frekuensi sarapan

No	Nama siswa	Frekuensi	
		Sering	Jarang
1	A1	5	
2	A2	4	
3	A3		2
4	A4		1
5	A5		1
6	A6	5	
7	A7		2
8	A8	5	
9	A9	6	
10	A10	7	
11	A11		2
12	A12		3
13	B1	7	
14	B2	7	
15	C1	6	
16	C2		2
17	C3		2
18	C4	7	
19	D1		3
20	D2		2
21	D3		1
22	G1	7	
23	G2		2
24	H1		3
25	H2	4	
26	I1	7	
27	I2		2
28	I3	6	
29	I4	6	
30	J1		1
31	J2		3
32	J3		3
33	J4		2
34	J5	6	
35	J6	7	
36	K1	5	
37	K2		1
38	K3		1
39	K4		1
40	L1	5	
41	M1	7	
42	M2		3
43	M3	4	

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

No	Nama siswa	Frekuensi	
		Sering	Jarang
44	M4		3
45	M5	7	
46	M6		3
47	M7		2
48	M8	7	
49	M9	4	
50	M10		1
51	M11	4	
52	M12		3
53	M13		2
54	M14	6	
55	M15		3
56	M16		2
57	M17	7	
58	N1		3
59	N2	7	
60	N3		3
61	N4		2
62	N5		1
63	N6	6	
64	N7		1
65	N8		3
66	N9	5	
67	N10		2
68	N11	5	
69	N12		3
70	P1	5	
71	R1		2
72	R2	7	
73	R3	6	
74	R4		3
75	R5		2
76	R6		1
77	R7		2
78	R8	5	
79	R9		3
80	R10	6	
81	R11	7	
82	R12		1
83	R13	5	
84	R14	6	
85	R15		1
86	R16		2
87	S1		1
88	S2		3

UIN SUSKA RIAU

No	Nama siswa	Frekuensi	
		Sering	Jarang
89	S3		2
90	S4		3
91	T1	4	
92	T2	5	
93	V1		3
94	V2	6	
95	V3		1
96	Y1		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 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.
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
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.

Lampiran 9. Jumlah sarapan yang dikonsumsi

No	Nama siswa	Jenis kelamin	Asupan energi (kkal)	AKG	AKG %	Kategori
1	A1	Laki-laki	491,5	2064	24%	Cukup
2	A2	Perempuan	0	2007	0%	Kurang
3	A3	Laki-laki	224,8	2194	10%	Kurang
4	A4	Laki-laki	0	3120	0%	Kurang
5	A5	Perempuan	0	2120	0%	Kurang
6	A6	Perempuan	370,4	1409	26%	Cukup
7	A7	Perempuan	231	3118	7%	Kurang
8	A8	Perempuan	314,9	1879	17%	Cukup
9	A9	Perempuan	320,7	2400	16%	Cukup
10	A10	Laki-laki	426,6	2400	18%	Cukup
11	A11	Perempuan	0	1836	0%	Kurang
12	A12	Perempuan	288,6	1623	18%	Cukup
13	B1	Laki-laki	472,2	2064	23%	Cukup
14	B2	Perempuan	349,2	2050	17%	Cukup
15	C1	Perempuan	368,6	1618	23%	Cukup
16	C2	Perempuan	0	1794	0%	Kurang
17	C3	Perempuan	0	2819	0%	Kurang
18	C4	Perempuan	353,9	1644	22%	Cukup
19	D1	Laki-laki	307	2350	13%	Kurang
20	D2	Laki-laki	337,1	3600	9%	Kurang
21	D3	Perempuan	0	1794	0%	Kurang
22	G1	Laki-laki	443,4	2304	19%	Cukup
23	G2		0	2208	0%	Kurang
24	H1	Laki-laki	380,9	1824	21%	Cukup
25	H2	Laki-laki	176,5	3600	5%	Kurang
26	I1	Laki-laki	456,8	1632	28%	Cukup
27	I2	Perempuan	0	1409	0%	Kurang
28	I3	Perempuan	326,3	3630	9%	Cukup
29	I4	Perempuan	310,6	2648	12%	Kurang
30	J1	Laki-laki	0	1872	0%	Kurang
31	J2	Perempuan	0	2947	0%	Kurang
32	J3	Laki-laki	224,8	2784	8%	Kurang
33	J4	Laki-laki	0	1872	0%	Kurang
34	J5	Laki-laki	415,5	2256	18%	Cukup
35	J5	Laki-laki	376,5	2222	17%	Cukup
36	K1	Perempuan	391,6	1367	29%	Cukup
37	K2	Perempuan	0	3246	0%	Kurang
38	K3	Laki-laki	0	2760	0%	Kurang
39	K4	Laki-laki	0	2112	0%	Kurang
40	L1	Perempuan	377,8	1495	25%	Cukup
41	M1	Laki-laki	363,1	2400	15%	Cukup
42	M2	Laki-laki	0	2304	0%	Kurang

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

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

No	Nama siswa	Jenis kelamin	Asupan energi (Kkal)	AKG	AKG %	Kategori
43	M3	Laki-laki	165,6	1680	10%	Kurang
44	M4	Laki-laki	359,5	2400	15%	Cukup
45	M5	Perempuan	307,5	2050	15%	Cukup
46	M6	Laki-laki	0	4320	0%	Kurang
47	M7	Laki-laki	206,9	3696	6%	Kurang
48	M8	Laki-laki	395	2237	18%	Cukup
49	M9	Laki-laki	313,3	3840	8%	Kurang
50	M10	Laki-laki	0	1920	0%	Kurang
51	M11	Laki-laki	410,9	1968	21%	Cukup
52	M12	Laki-laki	403,8	1584	25%	Cukup
53	M13	Laki-laki	0	2064	0%	Kurang
54	M14	Laki-laki	431	2304	19%	Cukup
55	M15	Laki-laki	0	1872	0%	Kurang
56	M16	Perempuan	0	1580	0%	Kurang
57	M17	Perempuan	455,7	1879	24%	Cukup
58	N1	Perempuan	356,3	1922	19%	Cukup
59	N2	Perempuan	387,3	1922	20%	Cukup
60	N3	Perempuan	354,6	2007	18%	Cukup
61	N4	Perempuan	0	2562	0%	Kurang
62	N5	Perempuan	0	1580	0%	Kurang
63	N6	Laki-laki	351	3552	10%	Kurang
64	N7	Perempuan	0	2007	0%	Kurang
65	N8	Laki-laki	0	2496	0%	Kurang
66	N9	Perempuan	382,5	1708	22%	Cukup
67	N10	Perempuan	201,6	2349	9%	Kurang
68	N11	Perempuan	303,2	2050	15%	Cukup
69	N12	Perempuan	0	1879	0%	Kurang
70	P1	Laki-laki	364	2784	13%	Kurang
71	R1	Laki-laki	0	2112	0%	Kurang
72	R2	Laki-laki	370	2352	16%	Cukup
73	R3	Laki-laki	438,7	2400	18%	Cukup
74	R4	Perempuan	307,8	2050	15%	Cukup
75	R5	Laki-laki	0	1632	0%	Kurang
76	R6	Laki-laki	0	2352	0%	Kurang
77	R7	Laki-laki	0	2064	0%	Kurang
78	R8	Laki-laki	389,7	1872	21%	Cukup
79	R9	Perempuan	181,8	1965	9%	Kurang
80	R10	Laki-laki	446,2	2352	19%	Cukup
81	R11	Laki-laki	372,5	2400	16%	Cukup
82	R12		0	2194	0%	Kurang
83	R13	Perempuan	356,4	2947	12%	Kurang
84	R14	Laki-laki	391,2	1968	20%	Cukup
85	R15	Laki-laki	0	2064	0%	Kurang
86	R16	Laki-laki	272,7	2208	12%	Kurang

No	Nama siswa	Jenis kelamin	Asupan energi (Kkal)	AKG	AKG %	Kategori
87	S1	Perempuan	0	2733	0%	Kurang
88	S2	Perempuan	311	1751	18%	Cukup
89	S3	Perempuan	0	2178	0%	Kurang
90	S4	Perempuan	112,8	1708	7%	Kurang
91	T1	Perempuan	323,6	1836	18%	Cukup
92	T2	Perempuan	240,6	2135	11%	Kurang
93	V1	Laki-laki	0	1584	0%	Kurang
94	V2	Laki-laki	358,8	2304	16%	Cukup
95	V3	Perempuan	0	1922	0%	Kurang
96	Y1	Laki-laki	0	2256	0%	Kurang

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.
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

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.

Lampiran 10. Konsentrasi

No	Nama siswa	Hasil	Keterangan
1	A1	21	Tinggi
2	A2	8	Rendah
3	A3	11	Sedang
4	A4	3	Rendah
5	A5	8	Rendah
6	A6	13	Sedang
7	A7	3	Rendah
8	A8	21	Tinggi
9	A9	14	Sedang
10	A10	21	Tinggi
11	A11	4	Rendah
12	A12	14	Sedang
13	B1	22	Tinggi
14	B2	13	Sedang
15	C1	19	Sedang
16	C2	9	Rendah
17	C3	10	Rendah
18	C4	18	Sedang
19	D1	9	Rendah
20	D2	11	Sedang
21	D3	4	Rendah
22	G1	23	Tinggi
23	G2	5	Rendah
24	H1	12	Sedang
25	H2	11	Sedang
26	I1	21	Tinggi
27	I2	4	Rendah
28	I3	14	Sedang
29	I4	20	Sedang
30	J1	4	Rendah
31	J2	9	Rendah
32	J3	16	Sedang
33	J4	5	Rendah
34	J5	15	Sedang
35	J5	16	Sedang
36	K1	11	Sedang
37	K2	13	Sedang
38	K3	7	Rendah
39	K4	10	Rendah
40	L1	11	Sedang
41	M1	18	Sedang
42	M2	7	Rendah
43	M3	14	Sedang
44	M4	12	Sedang

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

No	Nama siswa	Hasil	Keetrangan
45	M5	21	Tinggi
46	M6	2	Rendah
47	M7	11	Sedang
48	M8	22	Tinggi
49	M9	10	Rendah
50	M10	4	Rendah
51	M11	14	Sedang
52	M12	11	Sedang
53	M13	9	Rendah
54	M14	12	Sedang
55	M15	5	Rendah
56	M16	7	Rendah
57	M17	5	Rendah
58	N1	13	Sedang
59	N2	25	Tinggi
60	N3	13	Sedang
61	N4	5	Rendah
62	N5	8	Rendah
63	N6	15	Sedang
64	N7	10	Rendah
65	N8	10	Rendah
66	N9	12	Sedang
67	N10	4	Rendah
68	N11	15	Sedang
69	N12	6	Rendah
70	P1	13	Sedang
71	R1	6	Rendah
72	R2	22	Tinggi
73	R3	15	Sedang
74	R4	16	Sedang
75	R5	7	Rendah
76	R6	6	Rendah
77	R7	8	Rendah
78	R8	19	Sedang
79	R9	7	Rendah
80	R10	12	Sedang
81	R11	18	Sedang
82	R12	4	Rendah
83	R13	11	Sedang
84	R14	20	Sedang
85	R15	9	Rendah
86	R16	6	Rendah
87	S1	8	Rendah
88	S2	14	Sedang
89	S3	6	Rendah

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.

© Hak Cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau

No	Nama siswa	Hasil	Keterangan
90	S4	12	Sedang
91	T1	12	Sedang
92	T2	11	Sedang
93	V1	6	Rendah
94	V2	14	Sedang
95	V3	3	Rendah
96	Y1	5	Rendah

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.
Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

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.

Lampiran 11. Kebiasaan sarapan

No	Nama siswa	Baik	Tidak
1	A1	√	
2	A2		√
3	A3		√
4	A4		√
5	A5		√
6	A6		√
7	A7		√
8	A8	√	
9	A9	√	
10	A10	√	
11	A11		√
12	A12		√
13	B1	√	
14	B2	√	
15	C1	√	
16	C2		√
17	C3		√
18	C4	√	
19	D1		√
20	D2		√
21	D3		√
22	G1	√	
23	G2		√
24	H1	√	
25	H2		√
26	I1	√	
27	I2		√
28	I3	√	
29	I4	√	
30	J1		√
31	J2		√
32	J3		√
33	J4		√
34	J5	√	
35	J6	√	
36	K1	√	
37	K2		√
38	K3		√
39	K4		√
40	L1	√	
41	M1	√	
42	M2		√
43	M3		√
44	M4	√	

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

No	Nama siswa	Baik	Tidak
45	M5	√	
46	M6		√
47	M7		√
48	M8	√	
49	M9	√	
50	M10		√
51	M11		√
52	M12	√	
53	M13		√
54	M14	√	
55	M15		√
56	M16		√
57	M17	√	
58	N1	√	
59	N2	√	
60	N3	√	
61	N4		√
62	N5		√
63	N6	√	
64	N7		√
65	N8		√
66	N9	√	
67	N10		√
68	N11	√	
69	N12		√
70	P1		√
71	R1		√
72	R2	√	
73	R3	√	
74	R4	√	
75	R5		√
76	R6		√
77	R7		√
78	R8	√	
79	R9		√
80	R10	√	
81	R11	√	
82	R12		√
83	R13	√	
84	R14	√	
85	R15		√
86	R16		√
87	S1		√
88	S2	√	
89	S3		√

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.
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
Perpustakaan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

No	Nama siswa	Baik	Tidak
90	S4		√
91	T1	√	
92	T2		√
93	V1		√
94	V2	√	
95	V3		√
96	Y1		√

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
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.
© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

Lampiran 12. Uji Chi-square kebiasaan sarapan dengan konsentrasi

	Value	df	Asymp.Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	51.396[a]	2	.000
Likelihood Ratio	62.700	2	.000
Linear-by-linear Association	48.598	1	.000
N of Valid Cases	96		

a. 1 cells (16,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.38.

Lampiran 13. Crosstabulation kebiasaan sarapan dengan konsentrasi

		Konsentrasi							
		Rendah	%	Sedang	%	Tinggi	%	Total	%
kebiasaan sarapan	Kurang baik	41	42.7	13	13.5	0	0	54	56.3
	baik	2	2.1	30	31.3	10	10.4	42	43.8
Total		43	44.8	43	44.8	10	10.4	96	100