

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN
PRESTASI BELAJAR SISWA SISWI KELAS IV DAN V
DI SDN KELUN MADIUN**



Oleh :

DELIA ZAHWA NUR AMALINDA

NIM: 201902098

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN**

2023

SKRIPSI

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA SISWI KELAS IV DAN V DI SDN KELUN MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :

DELIA ZAHWA NUR AMALINDA

NIM: 201902098

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

Nama : Delia Zahwa Nur Amalinda

NIM : 201902098

Program Studi : Keperawatan

Judul : HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN
PRESTASI BELAJAR SISWA SISWI KELAS IV DAN V
DI SDN KELUN MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal 28 Agustus 2023

Oleh:

Pembimbing 1



Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0708078802

Pembimbing 2



Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0725108201

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan



Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068901

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

Nama : Delia Zahwa Nur Amalinda

NIM : 201902098

Program Studi : Keperawatan

Judul : HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI
DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA SISWI
KELAS IV DAN V DI SDN KELUN MADIUN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah
memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal: 13 September 2023

Dewan Penguji

Ketua : Sagita Haryati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDK. 8880940017

.....

Penguji I : Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0708078802

.....

Penguji II : Privoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0725108201

.....

Mengesahkan

Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun

Ketua,



Zachar Abdin S.KM., M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Delia Zahwa Nur Amalinda

NIM : 201902098

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 28 Agustus 2023



Delia Zahwa Nur Amalinda
NIM. 201902098

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Delia Zahwa Nur Amalinda

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat dan Tanggal Lahir : Magetan, 01 Maret 2001

Agama : Islam

Alamat : Ds. Waduk RT 08 RW 02 Kec. Takeran Kab.
Magetan

Email : delialenda03@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. 2006-2007 : TK Ra
2. 2007-2013 : MIN 04 Magetan
3. 2013-2016 : MTSN Kota Madiun
4. 2016-2019 : SMK Cendekia Madiun
5. 2019-sekarang : STIKES BHM Madiun

ABSTRAK

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA SISWI KELAS IV DAN V DI SDN KELUN MADIUN

Delia Zahwa Nur Amalinda

Pola makan yang baik adalah hal yang penting dimana dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Asupan gizi atau makan di pagi hari yang terlambat dapat membuat tubuh merasa lemah, letih, lesu, pusing, dan hal tersebut dapat mengakibatkan turunya konsentrasi dalam berfikir dan belajar. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa mengingat betapa pentingnya sarapan pagi bagi anak usia sekolah.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan Metode yang penelitian korelasi menggunakan pendekatan *Cross Sectional* Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan total sampel 59 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisioner variable kebiasaan sarapan pagi terdiri dari 10 pernyataan. Untuk instrumen pada variable dependen peneliti menggunakan nilai rata-rata raport siswa. Uji statistik yang digunakan *Spearman Rho* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar terbiasa sarapan pagi sebanyak 55 siswa (93,2%) dan sebagian besar memiliki prestasi belajar dengan kategori baik sebanyak 43 siswa (72,9%). Hasil uji *spearman* didapatkan $p\text{-value} = 0,01 < \alpha 0,05$ dengan nilai *Correlation Coefficient* = 0,381 yang artinya H_1 diterima berarti ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V di SDN Kelun Madiun

Rerata siswa SDN Kelun sudah memiliki kebiasaan sarapan pagi yang baik sehingga hal tersebut juga ada pengaruh terhadap hasil belajar yang baik.

Kata Kunci : Sarapan, Prestasi Belajar, Anak Usia Sekolah

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN MORNING BREAKFAST HABITS AND ACADEMIC ACHIEVEMENT OF FOURTH AND FIFTH GRADE STUDENTS AT ELEMENTARY SCHOOL KELUN MADIUN

Delia Zahwa Nur Amalinda

A developed country is a nation that possesses high intelligence, good health, and high productivity, where these conditions are greatly influenced by good nutrition. A proper diet is crucial as it can impact an individual's nutritional status. Delayed intake of nutrients or late breakfast can lead to weakness, fatigue, lethargy, dizziness, and a decrease in concentration for thinking and learning. The purpose of this study was to identify breakfast habit with student achievement considering how important breakfast is for school-age children.

This research is a quantitative study, utilizing the correlation research method with a cross-sectional approach. The sampling technique employed in this study is total sampling with a total of 59 respondents. The research instrument employs a questionnaire on breakfast habits consisting of 10 statements as the independent variable. For the instrument regarding the dependent variable, the researcher uses the average student report card grades. The statistical test used is Spearman's Rho with $\alpha = 0.05$.

The results of this research indicate that the majority of students are accustomed to having breakfast, with 55 students (93.2%), and most of them have good academic performance, with 43 students (72.9%). The Spearman test results yielded a $p\text{-value} = 0.01 < \alpha 0.05$, with a Correlation Coefficient value of 0.381, meaning that H_1 is accepted, signifying a relationship between breakfast habits and the academic performance of fourth and fifth-grade students at SDN Kelun Madiun

On average, students at SDN Kelun have good breakfast habits, which also have a positive influence on their academic performance.

Keywords : Breakfast, Academic Performance, School-Age Children.

DAFTAR ISI

COVER LUAR.....	i
COVER DALAM	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH	xiv
KATA PENGANTAR	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Sarapan	6
2.1.1 Pengertian Sarapan	6
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Sarapan Pagi.....	8
2.1.3 Frekuensi Sarapan Pagi	8
2.1.4 Kebiasaan Sarapan Pagi.....	9
2.1.5 Akibat Anak Yang Tidak Terbiasa Pagi.....	10
2.1.6 Sekolah Dasar	11
2.1.7 Anak Sekolah Dasar	12
2.2 Konsep Prestasi Belajar.....	12
2.2.1 Pengertian Prestasi Belajar	13
2.2.2 Karakteristik Prestasi Belajar.....	15
2.2.3 Indikator Prestasi Belajar.....	13
2.2.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar.....	18
2.2.5 Cara Menilai Prestasi Belajar.....	20
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
3.1 Kerangka Konsep.....	22
3.2 Hipotesis Penelitian.....	23
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	24
4.2 Populasi dan Sampel	24
4.2.1 Populasi	24
4.2.2 Sampel	24
4.3 Kerangka Kerja	26
4.4 Identifikasi Variabel.....	27
4.4.1 Variabel Independent.....	27
4.4.2 Variabel Dependent	27

4.5 Definisi Operasional.....	28
4.6 Instrumen Penelitian.....	29
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
4.7.1 Waktu Penelitian	30
4.7.2 Tempat Penelitian.....	30
4.8 Prosedur Pengumpulan Data	30
4.9 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	31
4.9.1 Pengolahan Data.....	31
4.9.2 Analisa Data.....	35
4.10 Etik Penelitian.....	36
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	
5.1 Gambaran Umum Lokasi	38
5.2 Hasil Penelitian	38
5.3 Pembahasan	42
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	48
6.2 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Aspek Prestasi Belajar, Indikator, dan Cara Evaluasi	16
Tabel 4.1	Definisi Operasional Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Siswi Kelas IV dan V Di SDN Kelun Madiun.....	28
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	39
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas.....	39
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi	40
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar	40
Tabel 5.6	Analisis Hubungan Sarapan Dengan Prestasi.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa-Siswi Kelas IV dan V Di SDN Kelun Madiun.....	22
Gambar 4.3	Kerangka Kerja Penelitian Perbandingan Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa-Siswi Kelas IV dan V Di SDN Kelun Madiun Madiun	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Surat Ijin Pengambilan Data Awal.....	53
Lampiran 2	Lembar Surat Ijin Penelitian.....	54
Lampiran 3	Lembar Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	55
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Menjadi Responden	56
Lampiran 5	Lembar Kuesioner	57
Lampiran 6	Lembar Hasil SPSS	59
Lampiran 7	Lembar Tabulasi	63
Lampiran 8	Dokumentasi	64

DAFTAR SINGKATAN

KKM	: Kriteria Ketuntasan Minimal
NH	: Nilai Harian
NR	: Nilai Raport
PAS	: Penilaian Akhir Semester
PTS	: Penilaian Tengah Semester
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
UAS	: Ulangan Akhir Semester
UTS	: Ulangan Tengah Semester

DAFTAR ISTILAH

<i>Coding</i>	: Pemberian code
<i>Cross-Sectional</i>	: Jenis penelitian satu waktu
<i>Dependent Variabel</i>	: Variabel bebas
<i>Editing</i>	: Pengeditan
<i>Independent Variabel</i>	: Variabel terikat
<i>Inform Consent</i>	: Surat persetujuan
<i>Kognitif</i>	: Istilah umum yang mencakup segala hal dalam proses pembelajaran dan adaptasi pada anak di dalam lingkungan
<i>Afektif</i>	: Perasaan dan Emosional
<i>Psikomotorik</i>	: Kemampuan yang menyangkut kegiatan fisik atau keterampilan
<i>Total Sampling</i>	: Teknik penetapan sampel dengan cara memilih jumlah sampel yang sama dengan jumlah populasinya
<i>Spearman Rho</i>	: Uji statistic untuk menguji 2 variabel yang berdata ordinal atau salah satu variabel berdata ordinal dan lainnya nominal maupun rasio

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Siswi Kelas IV dan V Di SDN Kelun Madiun”, dengan tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, ditulis berdasarkan kaidah Bahasa Indonesia dan di bawah pengawasan atau arahan dari dosen pembimbing untuk memenuhi kriteria yang telah ditentukan oleh keilmuannya masing-masing.

Adapun tujuan dari penulisan ini adalah untuk mempelajari cara pembuatan skripsi pada STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun dan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan. Pada kesempatan ini, peneliti hendak menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.

Ucapan terima kasih ini peneliti tujukan kepada :

1. Marsudi, S.Pd.SD selaku Kepala Sekolah SDN Kelun Madiun, telah mengizinkan dalam proses pengambilan data awal.
2. Zainal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) selaku ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin dalam pembuatan surat pengambilan data.
3. Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua program studi keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Sagita Haryati Selaku Dewan Penguji STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

5. Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing I yang selalu sabar dalam memberikan bimbingan, arahan, dan memberikan masukan dengan penuh keikhlasan sehingga skripsi penelitian ini dapat terselesaikan.
6. Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing II yang dengan ikhlas dan penuh ketelitian dalam memberikan bimbingan sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik dan tepat waktu.
7. Seluruh dosen STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun atas semua ilmu, didikan, dan bimbingan yang telah diberikan. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan dan ilmu yang sudah diberikan.
8. Kepada Ayah dan Ibu peneliti, terima kasih telah menjadi orang tua yang hebat yang selalu memberikan motivasi, dan mendukung semua usaha yang peneliti lakukan. Terima kasih atas doa terbaik yang selalu mengiringi setiap langkah peneliti, peneliti yakin bahwa satu langkah keberhasilan yang peneliti raih hingga saat ini tidak lepas dari doa-doa yang selalu Ayah dan Ibu panjatkan.
9. Terima kasih juga peneliti ucapkan kepada partner peneliti yang telah memberikan semangat dan motivasi dari awal hingga memasuki tahap akhir perkuliahan ini, terima kasih banyak sudah menjadi support system yang baik selama ini.
10. Kepada teman-teman terdekat peneliti yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu terimakasih sudah menjadi teman berjuang dalam penyelesaian skripsi ini dan selalu memberikan dukungan serta semangat yang telah diberikan.

Peneliti menyusun skripsi ini dengan sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun dalam menyempurnakan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang terkait, dan selalu bersama peneliti di setiap langkah peneliti. Semoga skripsi penelitian ini membawa manfaat bagi masyarakat dan pengembangan ilmu Keperawatan.

Madiun, 28 Agustus 2023

DELIA ZAHWA NUR A.

NIM. 201902098