



**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DAN
FAKTOR LAINNYA DENGAN PRESTASI BELAJAR DI SMK
RAFLESIA DEPOK TAHUN 2016**

SKRIPSI

YULIANA SAPUTRI DEWI

1210714061

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

2016



**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DAN
FAKTOR LAINNYA DENGAN PRESTASI BELAJAR DI SMK
RAFLESIA DEPOK TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana**

YULIANA SAPUTRI DEWI

1210714061

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

2016

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Yuliana Saputri Dewi
NRP : 1210714061
Tanggal : 22 Juni 2016

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 22 Juni 2016

Yang Menyatakan,



(Yuliana Saputri Dewi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yuliana Saputri Dewi
NRP : 1210714061
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*non-exclusive Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Faktor Lainnya Dengan Prestasi Belajar di SMK Raflesia Depok Tahun 2016”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 22 Juni 2016

Yang menyatakan,



Yuliana Saputri Dewi

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Yuliana Saputri Dewi
NRP : 1210714061
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Faktor Lainnya Dengan Prestasi Belajar Di SMK Raflesia Depok Tahun 2016

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.





Ibnu Malkan Dahrul Ilmi, S.Gz, M.Si

Penguji I



Sintha Fransiske S, S.Gz., MKM

Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sithi, S.Kp., MARS

Dekan



Ikha Deviyanti P, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 22 Juni 2016

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DAN FAKTOR LAINNYA DENGAN PRESTASI BELAJAR DI SMK RAFLESIA DEPOK TAHUN 2016

Yuliana Saputri Dewi

Abstrak

Indeks Pembangunan Manusia di Indonesia masih berada pada posisi yang rendah. Pada tahun 2014 presentase kelulusan SMA turun 0,01 persen dan SMK 0,04 persen. Prestasi prestasi rendah dapat menghambat untuk menempuh pendidikan yang lebih baik, kesulitan memperoleh pekerjaan lebih baik, dan meningkatkan angka pengangguran. Tujuan penelitian ini adalah membahas mengenai gambaran umum kebiasaan sarapan dan faktor lainnya serta hubungannya dengan prestasi belajar siswi kelas X dan XI di SMK Raflesia Depok Tahun 2016. Penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel penelitian ini 90 responden. Cara pengambilan data dengan *random sampling*. Hasil univariat menunjukkan 50% siswi memiliki prestasi belajar kurang baik. Hasil analisis bivariat menunjukkan kebiasaan sarapan $P(0,029)$, kadar hemoglobin $P(0,000)$, angka kecukupan energi $P(0,006)$, dan angka kecukupan protein $P(0,002)$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna dengan prestasi belajar. Sedangkan status gizi $P(0,609)$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan prestasi belajar. Hasil analisis multivariat menunjukkan faktor paling dominan yang berhubungan dengan prestasi belajar adalah kadar hemoglobin $P(0,000)$. Berdasarkan hasil tersebut, pihak sekolah disarankan untuk melakukan pemeriksaan dan pemantauan kesehatan secara rutin dan menerapkan program sarapan di sekolah.

Kata Kunci : Kebiasaan sarapan, kadar hemoglobin, status gizi, asupan energi, asupan protein, prestasi belajar.

CORRELATION BETWEEN BREAKFAST HABITS AND OTHER FACTORS WITH THE LEARNING ACHIEVEMENT OF RAFLESIA VOCATIOANAL HIGH SCHOOL DEPOK 2016

Yuliana Saputri Dewi

Abstract

Human Development Index in Indonesia still in a low position. In 2014, percentage of high school graduation was down 0.01 percent and 0.04 percent SMK. Underachievement can hamper a better education, the difficulty of obtaining better jobs, and increase unemployment. The purpose of this study was to discuss the general description of breakfast habits and other factors and relationship with learning achievement of X and XI grade female students of Raflesia Vocational High School Depok 2016. The study used cross sectional approach. Ssample size of this study 90 respondents. How to collect data by random sampling. Univariate results showed 50% of students have poor learning achievement. Results of bivariate analysis, breakfast habits P (0.029), hemoglobin levels P (0000), the rate of energy sufficiency P (0.006), and the minimum level of dietary protein P (0.002) which means there is a significant relationship with student achievement. While the nutritional status of P (0.609) which means there is no significant relationship with student achievement. Multivariate analysis showed that the most dominant factor associated with school performance is level hemoglobin P(0,000). Based on these results , it is suggested the school can do a routine medical monitoring and implement a breakfast program in schools.

Keywords : Breakfast habits, hemoglobin levels, nutritional status, energy intake, protein intake, learning achievement.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas segala karunia-Nya sehingga peneliti dapat mengerjakan dan menyelesaikan skripsi ini.

Judul yang dipilih dalam skripsi adalah “Hubungan natar Kebiasaan Sarapan Dan Faktor Lainnya Dengan Prestasi Belajar Di SMK Raflesi Depok Tahun 2016” diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Ilmu Gizi pada Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang turut membantu selama mengerjakan skripsi ini:

1. Pembimbing saya, Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM atas bimbingan, support serta masukan baik berupa saran maupun kritik yang bersifat konstruktif.
2. Seluruh dosen serta staf program studi ilmu gizi, UPN “Veteran” Jakarta yang selama 4 tahun ini telah memberikan pengajaran, membimbing dan membantu dalam kegiatan perkuliahan.
3. Keluarga saya, Ibu Jatmikowati, Kakak Eko Manurung Yulianto, serta keluarga besar yang selalu memberikan support, masukan, nasihat, kasih sayang, dan doa.
4. Teman-teman dan orang terdekat saya, Muhamad Zihan Fadillah, Isni Aristia, Fika, Faliannisaa, dan Isma serta teman-teman yang turut membantu dan mebrikan support selama penulisan skripsi ini.
5. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan saran, kritik yang bersifat konstruktif untuk penyempurnaan skripsi ini dan penelitian selanjutnya.

Jakarta, 22 Juni 2016

Penulis

Yuliana Saputri Dewi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
I.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Remaja	7
II.2 Prestasi Belajar	9
II.3 Kerangka Teori	26
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL	
III.1 Kerangka Konsep	27
III.2 Hipotesis	28
III.3 Definisi Operasional	29
BAB IV METODE PENELITIAN	
IV.1 Desain Penelitian	33
IV.2 Tempat dan Waktu Penelitian	33
IV.3 Populasi dan Sampel	33
IV.4 Etika Penelitian	36
IV.5 Teknik Pengumpulan Data	37
IV.6 Instrumen Penelitian	38
IV.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	39
IV.8 Teknik Pengolahan Data	40
IV.9 Teknik Analisa Data	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
V.1 Gambaran Umum Sekolah	45
V.2 Uji Validitas dan Reliabilitas	46

V.3 Analisis Univariat	46
V.4 Analisis Bivariat	54
V.5 Analisis Multivariat	63
V.6 Keterbatasan Penelitian	67

BAB VI PENUTUP

VI.1 Kesimpulan	68
VI.2 Saran	69

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Gizi (AKG) Usia Remaja	8
Tabel 2	Angka Kecukupan Zat Besi Remaja	12
Tabel 3	Nilai Ambang Batas Anemia	13
Tabel 4	Kategori Status Gizi	16
Tabel 5	Definisi Operasional	29
Tabel 6	Jumlah seluruh siswa kelas X dan XI siswa SMK Raflesia Depok	35
Tabel 7	Perhitungan N Sampel	36
Tabel 8	Jumlah Sampel per Kelas	36
Tabel 9	Uji Validitas dan Reliabilitas	46
Tabel 10	Deskriptif Statistik Nilai Siswi SMK Raflesia Depok	47
Tabel 11	Distribusi Prestasi Belajar pada Siswi SMK Raflesia Depok	47
Tabel 12	Deskriptif Statistik Kebiasaan Sarapan Siswi SMK Raflesia Depok	48
Tabel 13	Distribusi Kebiasaan Sarapan pada Siswi SMK Raflesia Depok	49
Tabel 14	Deskriptif Statistik Kadar Hemoglobin Siswi SMK Raflesia Depok	49
Tabel 15	Distribusi Kadar Hemoglobin pada Siswi SMK Raflesia Depok	50
Tabel 16	Distribusi Status Gizi pada Siswi SMK Raflesia Depok	51
Tabel 17	Distribusi Angka Kecukupan Energi pada Siswi SMK Raflesia Depok ..	51
Tabel 18	Distribusi Angka Kecukupan Protein pada Siswi SMK Raflesia Depok ..	52
Tabel 19	Rekapitulasi Analisis Univariat	53
Tabel 20	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Prestasi Belajar	54
Tabel 21	Hubungan Antara Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar	56
Tabel 22	Hubungan Antara Status Gizi Dengan Prestasi Belajar	57
Tabel 23	Hubungan Antara Angka Kecukupan Energi Dengan Prestasi Belajar ...	58
Tabel 24	Hubungan Antara Angka Kecukupan Protein Dengan Prestasi Belajar ..	60
Tabel 25	Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat	62
Tabel 26	Seleksi Bivariat	63
Tabel 27	Pemodelan Multivariat	64
Tabel 28	Pemodelan Akhir	65

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori	26
Bagan 2	Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 5 Berita Acara
- Lampiran 6 Kuesioner
- Lampiran 7 Form *Food Recall*