



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN  
STATUS GIZI DAN KONSENTRASI BELAJAR MURID DI  
SDN BATU TULIS KABUPATEN BOGOR TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**SYASA RAHMA FADILA**

**1810713017**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2022**



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN  
STATUS GIZI DAN KONSENTRASI BELAJAR MURID DI  
SDN BATU TULIS KABUPATEN BOGOR TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

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

**SYASA RAHMA FADILA**

**1810713017**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Syasa Rahma Fadila

NRP : 1810713017

Tanggal : 28 Juni 2022

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

Jakarta, 28 Juni 2022

Yang Menyatakan,



(Syasa Rahma Fadila)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Syasa Rahma Fadila

NRP : 1810713017

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi dan Konsentrasi Belajar Murid di SDN Batu Tulis Kabupaten Bogor Tahun 2022”.

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 : 28 Juni 2022

Yang Menyatakan,



(Syasa Rahma Fadila)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Syasa Rahma Fadila  
NRP : 1810713017  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi dan Konsentrasi Belajar Murid di SDN Batu Tulis Kabupaten Bogor Tahun 2022

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



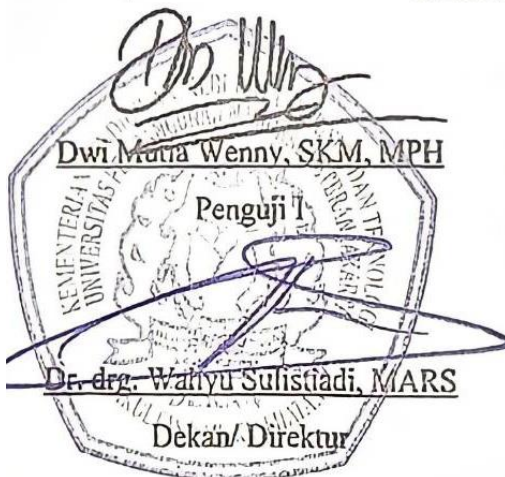
Agustina, SKM, M.Kes

Ketua Penguji



Yuri Nurdiantami, S.Farm., Apt., MPH

Penguji II



Arga Buntara, SKM, MPH

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 28 Juni 2022

# HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN STATUS GIZI DAN KONSENTRASI BELAJAR MURID DI SDN BATU TULIS KABUPATEN BOGOR TAHUN 2022

Syasa Rahma Fadila

## Abstrak

Sebesar 16,9%–50% anak usia sekolah di Indonesia tidak biasa mengonsumsi sarapan pagi, padahal sarapan menyumbangkan 20-25% energi ke dalam tubuh sehingga memenuhi kebutuhan nutrisi harian, yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar murid. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi dan konsentrasi belajar murid di SDN Batu Tulis Kabupaten Bogor Tahun 2022. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi *cross sectional* dan jenis sampel penelitian ini *non-probability sampling* dengan pengambilan *teknik total sampling*, sampel yang diambil sebanyak 73 murid. Pengumpulan data untuk penelitian ini menggunakan kuesioner dengan Instrumen kuesioner kebiasaan sarapan pagi, konsentrasi belajar, dan melakukan pengukuran IMT/U untuk mengukur status gizi. Pada penelitian ini menggunakan analisis univariat, bivariat dengan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi murid ( $p = 0,005$ ) dan nilai OR = 0,220 (95% CI: 0,081 – 0,595) dan terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar murid ( $p = 0,009$ ) dan nilai OR = 4,228 (95% CI: 1,535 – 11,647). Oleh karena itu murid dianjurkan untuk mengonsumsi sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah agar status gizi dan konsentrasi belajarnya aman terkendali

**Kata kunci:** Kebiasaan sarapan pagi, Konsentrasi belajar, Status gizi

# **THE RELATIONSHIP OF BREAKFAST HABITS WITH NUTRITIONAL STATUS AND STUDENTS LEARNING CONCENTRATION AT SDN BATU TULIS BOGOR DISTRICT IN 2022**

**Syasa Rahma fadila**

## **Abstract**

As many as 16.9%–50% of school-age children in Indonesia do not usually eat breakfast, even though breakfast contributes 20-25% of energy into the body so as to meet daily nutritional needs, which can increase student learning concentration. The purpose of this study was to determine the relationship between breakfast habits with nutritional status and student concentration at SDN Batu Tulis, Bogor district in 2022. Researchers used a quantitative method with a cross sectional study design and the type of sample in this study was non-probability sampling with total sampling technique. taken as many as 73 students. Collecting data for this study using a questionnaire with a questionnaire instrument breakfast habits, study concentration, and measuring BMI/U to measure nutritional status. This research uses univariate and bivariate analysis with Chi-Square test. The results showed that there was a significant relationship between breakfast habits and the nutritional status of students ( $p = 0.005$ ) and OR = 0.220 (95% CI: 0.081 – 0.595) and there was a significant relationship between breakfast habits and student learning concentration ( $p = 0.009$ ) and OR = 4,228 (95% CI: 1,535 – 11,647). Therefore, students are encouraged to eat breakfast before leaving for school so that their nutritional status and concentration in learning are safely controlled.

**Keywords:** Breakfast habits, Study concentration, Nutritional status

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT., atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi dan Konsentrasi Belajar Murid di SDN Batu Tulis Kabupaten Bogor Tahun 2022” dapat diselesaikan dengan baik.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta; Bapak Arga Buntara, SKM, MPH, selaku Kaprodi Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta; Ibu Yuri Nurdiantami, S.Farm., Apt., MPH, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan saran yang bermanfaat dan membangun; serta Ibu Agustina, SKM, M.Kes, dan Ibu Dwi Mutia Wenny, SKM, MPH, selaku ketua penguji dan anggota penguji I dalam sidang skripsi. Secara khusus, penulis haturkan rasa terima kasih kepada orang tua yaitu Bapak Suhandi dan Ibu Nana Yuliana yang telah memberikan semangat, motivasi, dan doa dalam menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa juga penulis ucapkan terima kasih kepada pihak dan murid SDN Batu Tulis karena telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian. Terima kasih juga kepada Putsur, Olivia, Rucita, Windi, Atikah, Wulandari dan juga teman-teman bimbingan dan seperjuangan yang telah memberikan masukan dan selalu menyemangati dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat beberapa kekurangan karena masih terbatasnya ilmu pengetahuan, waktu, dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi penyempurnaan selanjutnya. Semoga skripsi yang telah penulis buat dapat diterima dan disetujui.

Jakarta, 28 Juni 2022

Penulis

Syasa Rahma Fadila



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1. Latar Belakang .....	1
I.2. Rumusan Masalah .....	5
I.3. Tujuan Penelitian .....	5
I.4. Manfaat Penelitian .....	5
I.5. Ruang Lingkup Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
II.1. Kebiasaan Sarapan Pagi .....	8
II.2. Status Gizi .....	13
II.3. Konsentrasi Belajar Murid .....	16
II.4. Penelitian Terdahulu .....	22
II.5. Kerangka Teori .....	26
BAB III METODE PENELITIAN .....	27
III.1. Kerangka Konsep .....	27
III.2. Hipotesis Penelitian .....	27
III.3. Definisi Operasional Penelitian .....	28
III.4. Desain Penelitian .....	30
III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	30
III.6. Populasi dan Sampel Penelitian .....	30
III.7. Sumber Data Penelitian .....	31
III.8. Instrumen Penelitian .....	31
III.9. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	34
III.10. Pengolahan Data .....	36
III.11. Teknik Analisis Data .....	37
III.12. Etika Penelitian .....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
IV.1. Analisis Data .....	40
IV.2. Hasil Penelitian .....	42

IV.3.	Pembahasan.....	46
IV.4.	Keterbatasan Peneliti .....	54
BAB V PENUTUP.....		55
V.1.	Kesimpulan .....	55
V.2.	Saran .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....		57
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi Anak .....	15
Tabel 2	Penelitian Terdahulu .....	22
Tabel 3	Definisi Operasional Penelitian .....	28
Tabel 4	Kategori Kebiasaan Sarapan Pagi .....	32
Tabel 5	Kategori Konsentrasi Belajar .....	34
Tabel 6	Hasil Uji Validitas .....	35
Tabel 7	Hasil Uji Reliabilitas .....	36
Tabel 8	Gambaran Karakteristik Responden.....	41
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Variabel Independen Dan Variabel Dependen.....	42
Tabel 10	Analisis Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Status Gizi Murid Di SDN Batu Tulis .....	44
Tabel 11	Analisis Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Murid Di SDN Batu Tulis .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori .....	26
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Penelitian Dan Pengambilan Data
Lampiran 2	Surat Balasan Dari SDN Batu Tulis
Lampiran 3	Surat Permohonan Ethical Clearance
Lampiran 4	Surat Persetujuan Ethical Clearance
Lampiran 5	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 7	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Hasil Uji Validitas
Lampiran 9	Hasil Uji Reliabilitas
Lampiran 10	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 11	Hasil Uji Karakteristik Responden
Lampiran 12	Hasil Uji Univariat
Lampiran 13	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 15	Tabulasi Data
Lampiran 16	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 17	Hasil Turnitin