

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN PAGI DAN STATUS GIZI
DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS 4 SEKOLAH DASAR
DI SD MEJJING 2 PATUKAN GAMPING SLEMAN
YOGYAKARTA**

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Keperawatan Pada
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



ARIE PURWANTO

NIM : 20050320076

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
YOGYAKARTA**

2009

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN PAGI DAN STATUS GIZI
DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS 4 SEKOLAH DASAR
DI SD MEJJING 2 PATUKAN GAMPING SLEMAN
YOGYAKARTA**

**Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:
Agustus 2009**

Oleh :
ARIE PURWANTO
2005 032 0076

Penguji

Azizah Khoiriyati,S.Kep.Ns (.....)

Titih Huriah,M.Kep.Sp.Kom (.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

(dr. Erwin Santosa, Sp.A., M. kes)

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah SWT dan junjungan Nabi Besar kita Muhammad SAW karena berkat petunjuk dan rahmat-Nya akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Hubungan antara pola makan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas 4 sekolah dasar di SD Mejing 2 Patukan Gamping Sleman Yogyakarta tahun 2009”. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta: Ir. H.M. Darson Hamid, M.Sc.
2. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta : dr. Erwin Sentosa. Sp.A., M.Kes atas izin yang beliau berikan demi terlaksananya penelitian ini.
3. Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta: Uswatun Khasanah, MNS
4. Pembimbing Karya Tulis Ilmiah Azizah Khoiriyati,S.Kep.Ns yang telah banyak memberikan masukan dan support yang sangat bersahabat kepada penulis.
5. Kepala Sekolah SD Mejing 2 Patukan Gamping Sleman Yogyakarta beserta Guru yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.
6. Kedua orang tuaku, ayahanda Sukamto Achdat, Spd. dan Ibunda Utin Mislamiyah yang telah banyak memberikan dukungan, bukan hanya sekedar dukungan materi tetapi yang terpenting adalah doa, support, motivasi dan kepercayaan.

7. Adik-adiku yang tercinta Ibnu Hafidz, Iqlima Mulyani, dan Patria Haritzha
8. Para observer, Ganis, Ika, Sabri, Wahyu, Fitrah, yang telah meluangkan waktu untuk membantu observer dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Terima kasih buat teman-temanku Arif.R, Yayang, Tia, Adit, Sapri, Jemmy, Fauzi dan semua rekan mahasiswa PSIK angkatan 2005 atas dukungannya.
10. Semua teman-teman kontrakan, Andi (CP), Ifan, Yayan, Eko, Ugak, Cool, dan Den yang selalu memberi dukungan.

Akhirnya semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Yogyakarta, 1 Agustus 2009

Arie Purwanto

Motto

Jadikanlah hidupmu lebih berarti

Karena hidup hanya sekali

Dan ciptakanlah semangat di dirimu

Karena dengan semangat kita bisa maju

Selalu optimis dalam setiap langkah mu

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
MOTTO	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
ABSTRACT	xi
INTISARI	xii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Penelitian Terkait.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Definisi Usia Anak Sekolah.....	9
B. Pola Makan Pagi	10
C. Status Gizi	13
D. Prestasi Belajar	23

E. Kerangka Konsep.....	26
F. Hipotesis.....	26

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional.....	29
F. Instrumen Penelitian	30
G. Cara pengumpulan data.....	31
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	32
I. Pengolahan dan Analisis Data	32
J. Kesulitan Penelitian.....	33
K. Etik Penelitian	33

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	35
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	35
2. Karakteristik Responden	36
3. Analisis bivariat <i>Chi Square</i>	37
B. Pembahasan	41
1. pola makan pagi dengan prestasi.....	41

2. Status Gizi dengan prestasi belajar	46
--	----

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	51
C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian.....	53

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Table 1. Kecukupan Energi dan Protein Anak SD berdasar umur dan jenis kelamin	14
Tabel 2. Angka kecukupan gizi rata-rata yang dianjurkan (per orang per hari)	22
Table 3. Kriteria Nilai Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Angka Mutu	28
Tabel 4. Status Gizi Indeks	35
Tabel 5. Distribusi responden menurut jenis kelamin siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	42
Table 6. Distribusi responden berdasarkan umur siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	43
Tabel 7. Distribusi responden berdasarkan pola makan pagi dan prestasi belajar siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	44
Tabel 8. Distribusi responden berdasarkan status gizi dan prestasi belajar siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	45
Tabel 9. Analisis Chi Square pola makan dan prestasi belajar siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	46
Tabel 10. Analisis Chi Square status gizi dan prestasi belajar siswa kelas 4 di SD Mejjing 2 Patukan	46

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 1 Skema Kerangka Konsep	30

Purwanto, A.(2009) The Correlation Between Breakfast Pattern and Nutrient Status with Achievement Learn of Elementary School Student in Elementary School of Mejing Patukan, Gamping Sleman Yogyakarta.

Adviser:

Azizah Khoiriyati, S.Kep, Ns.

ABSTRACT

Children needs an intake of food substance or a drink which need for sufficiency of nutrient and growth with good eat pattern and nutritious for healthy body, brain intelligence and physical ability. Breakfast is very important because children's body needs a source of energy for activity especially in school children because they need energy for study so that children more concentration when study at school and also benefit for cognitive function and memory.

This research aim at knowing the correlation between breakfast pattern and nutrient status with achievement learn of elementary school student in elementary school of Mejing Patukan, Gamping Sleman Yogyakarta.

This research is an observational research with *Cross-sectional* design, data analyzed by *Chi-square* test. Technique for determining sample used *Purposive Sampling* that is class 4 of elementary school. Sample of this research is the population that accomplishes the inclusion criteria that amount to 30 respondents.

The result of data analyze on this research using *Chi-square* test with significance level ($p < 0,05$). Result of this research shows that there is no meaning of correlation between breakfast pattern and achievement learn of elementary school student with value of $p > 0,704$ and correlation nutrient status with achievement learn of elementary school student with value $p > 0,223$ shows that there is no meaning of correlation.

Suggestion on this research is expected to students for always take a breakfast before go to school and consume healthy and nutritious food in order to keep in fit and well body so it can have concentration and increasing of memory in accepting of lesson, and expected to parent and teacher for always remembering to children for breakfast and parent must be creative in providing food so that the children more interesting for consume it.

Keyword: Breakfast pattern, Nutrient Status, Achievement Learn.

Purwanto, A. (2009 Hubungan pola makan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar di SD Mejing Patukan, Gamping, Sleman, Yogyakarta.

Pembimbing:

Azizah Khoiriyati, S.Kep.Ns

INTISARI

Anak membutuhkan asupan zat makanan atau minuman yang diperlukan untuk kecukupan gizi dan pertumbuhan dengan pola makan yang baik dan bergizi agar tubuh menjadi sehat untuk kecerdasan otak dan kemampuan fisik. Sarapan pagi sangat penting karena tubuh anak memerlukan sumber energi, untuk melakukan aktivitas terutama pada anak sekolah karena memerlukan energi untuk belajar sehingga anak-anak lebih konsentrasi saat belajar di sekolah serta bermanfaat terhadap fungsi kognitif dan daya ingat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar di SD Mejing Patukan, Gamping, Sleman, Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross-sectional*, analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-square*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* yaitu siswa kelas 4 SD. Sampel dalam penelitian ini adalah populasi yang memenuhi kriteria inklusi yang berjumlah 30 responden.

Hasil analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *Chi-square* dengan taraf signifikansi ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan pagi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar dengan nilai $p > 0,704$, dan hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar dengan nilai $p > 0,223$ ini menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna.

Saran dalam penelitian ini adalah diharapkan bagi siswa-siswi untuk selalu sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dan mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi agar badan tetap segar sehingga bisa berkonsentrasi dan meningkatkan daya ingat dalam menerima pelajaran, dan diharapkan kepada orang tua dan guru untuk selalu mengingatkan kepada anak-anak untuk sarapan pagi serta orang tua harus kreatif dalam menyediakan makanan sehingga anak-anak lebih tertarik untuk mengkonsumsinya.

Kata Kunci : Pola Makan pagi, Status Gizi, Prestasi Belajar