

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN STATUS GIZI DENGAN KOSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS V DI SEKOLAH DASAR SE-MEJING, SLEMAN, YOGYAKARTA

INTISARI

Usia sekolah merupakan masa pertumbuhan bagi anak sehingga memerlukan gizi yang cukup dan seimbang. Defisiensi gizi pada usia sekolah dapat menyebabkan anak menjadi lemah dan cepat lelah dan berakibat meningkatnya angka absensi serta mengalami kesulitan dalam konsentrasi belajar sehingga menurunkan prestasi belajar.

Penelitian cross sectional ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan dan status gizi dengan konsentrasi belajar. Penelitian ini melibatkan 86 siswa sekolah dasar kelas 5 di SDN Mejing 1 dan 2, Kabupaten Sleman. Sampel semua siswa kelas V dengan memperhatikan kriteria inklusi yang dibuat peneliti. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner. Pengolahan data dilakukan dengan program statistik dan hubungan antar variabel dianalisis dengan menggunakan uji statistik Chi-square.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan pagi yang kurang melakukan sarapan dilihat dari konsentrasi belajar siswa 10 orang yang kurang konsentrasi yaitu (17.9%), dan 3 orang cukup konsentrasi yaitu (5.4%), serta 3 orang baik konsentrasi yaitu (5.4%). Kebiasaan sarapan pagi yang cukup melakukan sarapan dilihat dari konsentrasi belajar siswa 7 kurang konsentrasi yaitu (12.5%), dan 9 orang cukup konsentrasi yaitu: (16.1%), serta 1 orang baik konsentrasi yaitu: (1.8%). Sedangkan siswa yang baik melakukan sarapan pagi dilihat dari konsentrasi belajar 2 siswa yang kurang konsentrasinya yaitu: (3.6%), dan 7 siswa yang cukup konsentrasinya yaitu: (7.4%), serta 14 siswa yang konsentrasi belajarnya baik yaitu: (41.1%), jadi dari hasil data yang didapatkan bahwa siswa yang baik melakukan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar yang baik lebih banyak berjumlah 14 siswa.. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kebiasaan sarapan dengan konsentrasi belajar ($p < 0,00$).

Kata kunci: Sarapan pagi, Konsentrasi belajar