

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN TINGKAT
KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA PRODI
SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT AKHIR
UNIVERSITAS PAHLAWAN
TUANKU TAMBUSAI
TAHUN 2020

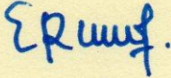
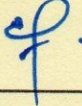
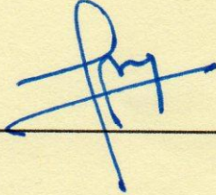
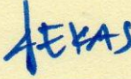


NAMA : RAHMA DAHLIA MAISARAH

NIM : 1614201030

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN
TUANKU TAMBUSAI
2020

**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 KEPERAWATAN**

No.	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>Ns. ERMA KASUMA YANTI, M.Kep</u> Ketua Dewan Penguji	 _____
2.	<u>Ns. ALINI, M.Kep</u> Sekretaris	 _____
3.	<u>Ns. NENENG FITRIA NINGSIH, S.Kep, M.Biomed</u> Penguji I	 _____
4.	<u>Ns. PUTRI EKA SUDIARTI, M.Kep</u>	 _____

Mahasiswa :

NAMA : RAHMA DAHLIA MAISARAH
N I M : 1614201030
TANGGAL UJIAN : 22 Juli 2020

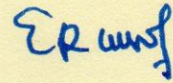
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : RAHMA DAHLIA MAISARAH
NIM : 1614201030

NAMA

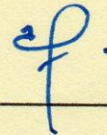
TANDA TANGAN

Pembimbing I :



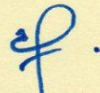
Ns. ERMA KASUMA YANTI, M.Kep
NIP . TT : 096.542.076

Pembimbing II :



Ns. ALINI, M.Kep
NIP . TT : 096.542.079

Ketua Prodi S1 Keperawatan



Ns. ALINI, M.Kep
NIP. TT : 096.542.079

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

**Skripsi, Juli 2020
RAHMA DAHLIA MAISARAH**

**HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR
MAHASISWA PRODI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT AKHIR
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI TAHUN 2020**

Xi + 49 Halaman + 5 Tabel + 4 Skema + 12 Lampiran

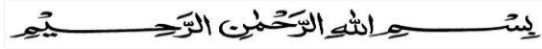
ABSTRAK

Sarapan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik. Sarapan dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan juga dapat meningkatkan kesehatan pada otak salah satunya dapat meningkatkan konsentrasi. Konsentrasi sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses belajar dan mengajar khususnya pada remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di universitas pahlawan tuanku tambusai tahun 2020. Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel diambil dengan teknik *Total Sampling* yang berjumlah 60 responden. Analisis data menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil penelitian dari 13 mahasiswa yang melakukan sarapan pagi terdapat 4 orang (30,8%) yang tidak konsentrasi. Sedangkan dari 47 mahasiswa yang tidak sarapan pagi terdapat 11 orang (23,4%) yang konsentrasi belajar, berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$), dengan derajat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$). Kesimpulan yaitu terdapat hubungan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar. Saran yaitu lakukan sarapan sebelum melakukan aktivitas karena dengan sarapan dapat meningkatkan konsentrasi.

Kata Kunci : konsentrasi belajar, sarapan pagi

Daftar bacaan : 33 (2010-2018)

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT, di mana berkat rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan penulisan laporan penelitian. Penulisan laporan penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Adapun judul dari laporan penelitian ini adalah “**Hubungan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar mahasiswa prodi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai**”. Dalam penulisan laporan penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Ibu Ns. Alini, M.Kep selaku ketua prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
4. Ibu Ns. Erma Kasumayanti, M.Kep, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dalam membimbing penulis hingga penulisan laporan penelitian ini terselesaikan tepat pada waktunya.
5. Ibu Ns. Alini, M.Kep selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis hingga penulisan laporan penelitian ini terselesaikan tepat pada waktunya.

6. Ibu Ns. Neneng Fitria Ningsih, S.kep, M.biomed selaku penguji I yang telah memberikan kritik dan saran sehingga laporan penelitian ini dapat terselesaikan.
7. Ibu Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep selaku penguji II yang telah memberikan kritik dan saran sehingga laporan penelitian ini dapat terselesaikan.
8. Sembah sujud saya buat ayahanda (alm) dan ibunda tercinta yang tidak terhingga penulis ucapkan atas bimbingan dan dorongan serta kasih sayang yang diberikan selama ini sehingga laporan ini selesai tepat pada waktunya.
9. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penulisan laporan penelitian ini penulis ucapkan banyak terima kasih, semoga Allah mencatat amal ibadah dan bantuan yang diberikan kepada penulis.
10. Rekan S1 Keperawatan yang telah memberikan motivasi dan saran kepada penulis dalam mengerjakan laporan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan laporan penelitian ini masih belum sempurna, sehingga peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun, khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Bangkinang, Juli 2020

Peneliti

RAHMA DAHLIA MAISARAH

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Tinjauan Teoritis	9
B. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar .	9
C. Penelitian Terkait	23
D. Kerangka Teori	25
E. Kerangka Konsep	26
F. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	28
B. Lokasi dan waktu Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel	31
D. Etika Penelitian	33
E. Alat Pengumpulan Data	34

F. Prosedur Pengumpulan Data	35
G. Teknik Pengolahan Data	36
H. Definisi Operasional.....	38
I. Rencana Analisa Data.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Analisa univariat	42
B. Analisa Bivariat.....	43
BAB V HASIL PEMBAHASAN	
A. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar .	45
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kriteria Penilaian Konsentrasi	17
Tabel 3.1 Defenisi Operasional.....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Sarapan Pagi	42
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi kejadian konsentrasi	43
Tabel 4.4 hubungan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar	44

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Kerangka Teori	25
Skema 2.2 Kerangka Konsep	26
Skema 3.1 Rancangan Penelitian.....	28
Skema 3.2 Alur Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar ACC Judul
- Lampiran 2 : Lembar Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 : Surat Izin Penelitian Di Universitas Pahlawan
- Lampiran 5 : Surat Balasan Izin Penelitian Di Universitas Pahlawan
- Lampiran 6 : Surat Permohonan Jadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Jadi Responden
- Lampiran 8 : Lembar Kuesioner Tentang Sarapan Pagi
- Lampiran 9 : Lembar Test Grid Concentration Exercise
- Lampiran 10 : Lembaran Spss
- Lampiran 11 : Master Tabel
- Lampiran 12 : Lembaran Dokumentasi
- Lampiran 13 : Lembar Konsultasi Pembimbing