

*THE CORELATION BETWEEN BREAKFAST WITH
LEARNING ACHIEVEMENT IN THE MEDICAL STUDENT
UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH MAKASSAR*

**HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI
BELAJAR MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MAKASSAR**



Disusun Oleh:

JIHAN CAMELIA FARIED

105421105217

Proposal

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Makassar untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

2021

07/07/2021

(RXP
Smb. Alumni)

R/00.96/00K/21 CO
CAM
t

PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR**

SKRIPSI

Disusun dan diajukan oleh :

JIHAN CAMELIA FARIED

105421105217

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

**Skripsi ini telah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing Skripsi Fakultas
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar**

Makassar, 19 Maret 2021

Manyetujui Pembimbing,



dr. Zulfikar Tahir, Sp.An, M.kes



FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Judul Skripsi :

HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR

Makassar, 19 Maret 2021

Pembimbing,

dr. Zulfikar Tahir Sp.An M.kes

PANITIA SIDANG UJIAN

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Skripsi dengan judul **"HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR"**, telah diperiksa, disetujui, serta dipertahankan di hadapan tim penguji skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, pada:

Hari/Tanggal : Rabu, 24 Februari 2021

Waktu : 09.00 WITA - Selesai

Tempat : Via Zoom Meeting

Ketua Tim Penguji

dr. Zulfikar Tahir, Sp.An., M.Kes

Anggota Tim Penguji

Anggota 1

Juliani Ibrahim M.sc.,P.hD

Anggota 2

Dahlan Lambawa S.Ag.,M.Ag

**PERNYATAAN PENGESAHAN
UNTUK MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI PENELITIAN**

DATA MAHASISWA :

Nama Lengkap : Jihan Camelia Faried
Tempat, Tanggal Lahir : Makassar, 25 Januari 2000
Tahun Masuk : 2017
Peminatan : Kedokteran Klinis
Nama Pembimbing Akademik : dr. As'ari As'ad, Sp.KN
Nama Pembimbing Skripsi : dr. Zulfikar Tahir Sp.An M.kes

JUDUL PENELITIAN :

**“HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR”**

Menyatakan bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan tahap ujian usulan skripsi, penelitian skripsi, dan ujian akhir skripsi untuk memenuhi persyaratan akademik dan administrasi untuk mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

Makassar, 19 Maret 2021

Mengesahkan,



Juliani Ibrahim, M.Sc., Ph.D

Koordinator Skripsi Unismuh

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama Lengkap : Jihan Camelia Faried

Tempat, Tanggal Lahir : Makassar, 25 Januari 2000

Tahun Masuk : 2017

Peminatan : Kedokteran Klinis

Nama Pembimbing Akademik : dr. Andi Karlina

Nama Pembimbing Skripsi : dr. Zulfikar Tahir Sp.An M.kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR**

Makassar, Januari 2020


Jihan Camelia Faried
NIM: 105421105217

RIWAYAT HIDUP PENELITI



Nama : Jihan Camelia Faried
Ayah : Faried Wajedi
Ibu : Darmawati Husain
Tempat, Tanggal Lahir : Makassar, 25 Januari 2000
Agama : Islam
Alamat : Griya Persada Manggarupi Blok D4 No:5
Nomor telepon/HP : 0853 4281 6822
Email : jihan.camelif@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN :

- TK Masita (2004-2005)
- SDN Muhajirin 2 (2006-2012)
- MTsN Model makassar (2012-2014)
- MAN 2 Model Makassar (2014-2017)

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Skripsi, Januari 2020

Jihan Camelia Faried¹, Zulfikar Tahir²

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Makassar Angkatan 2017/ email jihan.camelifa@gmail.com

² Pembimbing

**"HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR"**

(vii + 62 Halaman + 7 Tabel + 2 Gambar + 3 Lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang : Prestasi mahasiswa dalam proses belajar di pengaruhi oleh banyak faktor, salah satu faktor nya yaitu konsentrasi. Dalam peningkatan konsentrasi belajar dapat dicapai dengan berbagai cara, salah satunya adalah makan pagi atau biasa disebut dengan sarapan. Sarapan pagi merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik agar dapat berkonsentrasi. Ketika bangun pagi, gula darah dalam tubuh kita rendah karena semalaman tidak makan. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi.

Tujuan penelitian : untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa kedokteran unismuh.

Metode penelitian : menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*.

Hasil : hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak mahasiswa yang lulus memiliki kalori yang cukup sebanyak 18 orang (31,6%) lebih besar daripada mahasiswa yang mengonsumsi kalori kurang sebanyak 7 orang (16,3%). Namun presentasi mahasiswa yang tidak lulus lebih besar dari pada mahasiswa yang lulus dengan konsumsi kalori yang cukup yaitu sebanyak 39 orang (68%) dan 36 orang (83%) untuk kalori kurang. Komposisi sarapan yang mengonsumsi karbohidrat sebanyak 56 orang (56%) cukup 44 orang (44%) kurang, protein sebanyak 54 orang (54%) cukup sedangkan yang mengonsumsi kurang yaitu sebanyak 50 orang (50%), sedangkan untuk mahasiswa yang mengonsumsi lemak cukup sebanyak 56 orang (56%) sedangkan untuk 44 orang (44%) kurang.

Kesimpulan : hasil uji analisis Chi-square didapatkan nilai p value 0,080 ($p = > 0,05$). Dengan demikian tidak adanya hubungan yang signifikan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan ilmu kesehatan tahun ajaran 2019/2020.

Kata kunci : mahasiswa, kalori sarapan, prestasi.

FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR

Skripsi, Januari 2020

Jihan Camelia Faried¹, Zulfikar Tahir²

¹ Student of the Faculty of Medicine and Health Sciences at the University of Muhammadiyah Makassar in 2017/ email jihan.camelif@gmail.com

² Advisor

"THE CORELATION BETWEEN BREAKFAST WITH LEARNING ACHIEVEMENT IN THE MEDICAL STUDENT UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH MAKASSAR"

(vii + 62 Pages + 7 Tables + 2 Pictures + 3 Attachment)

ABSTRACT

Background : Student achievement in the learning process is influenced by many factors, one of which is concentration. In increasing the concentration of learning can be achieved in various ways, one of which is breakfast or commonly referred to as breakfast. Breakfast is the best supply of energy for the brain in order to concentrate. When we wake up in the morning, our blood sugar is low because we haven't eaten all night. Without adequate breakfast, it will be difficult for the brain to concentrate.

Objective : to determine the relationship between breakfast habits and academic achievement in medical students of the faculty of medicine and health sciences at the University of Muhammadiyah Makassar.

Methods : using quantitative research with cross-sectional design.

Result : Result: The results of this study showed that as many as 18 students (31.6%) had sufficient calories as many as 7 students (16.3%) who consumed less calories. However, the percentage of students who did not graduate was greater than those who graduated with sufficient calorie consumption, namely 39 people (68%) and 36 people (83%) for less calories. The composition of breakfast that consumed carbohydrates was 56 people (56%), 44 people (44%) were less, 54 people (54%) had enough protein, while those who consumed less were 50 people (50%), while for students who consumed enough fat as many as 56 people (56%) while for 44 people (44%) less.

Conclusion : Chi-square analysis test results obtained p value 0.080 ($p \geq 0.05$). Thus there is no significant relationship between breakfast and learning achievement in students of the Faculty of Medicine and health sciences for the 2019/2020 year.

Keywords : student , breakfast calories, achieveme

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa tercurahkan atas segala limpahan rahmat dan nikmat-Nya. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada rasulullah Muhammad SAW, karena beliau adalah sebagai suritauladan yang membimbing manusia menuju surga. Alhamdulillah berkat hidayah dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul "Hubungan Antara Sarapan Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar". Skripsi penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada orang tua penulis, ayah Faried Wajedi dan ibu Darmawati yang senantiasa sabar dan selalu memberikan motivasi serta tidak henti-hentinya memanjatkan doa sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi penelitian ini. Serta saudara kandung penulis, Kharitza Tuljanna Faried, Ahmad Fauzan Abiesta Faried dan Putri Anugrah Rahmadani Faried.

Selanjutnya penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Ayahanda dr.H.Machmud Gaznawi, Sp.PA(K) yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini dengan baik .
2. Secara khusus penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebanyak-sebanyaknya kepada dr. Zulfikar Tahir Sp.An M.kes.

selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan selama proses penyusunan skripsi ini hingga selesai.

3. Seluruh dosen dan staf di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

4. Teman-teman bimbingan skripsi, Rahma wati kasim, Al-Fath Ramadhan, Wahyuni, dan Andi Ade Winarni yang senantiasa memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

5. Teman-teman sejawat angkatan 2017 Argentaffin yang selalu mendukung dan memberikan saran dan semangat.

Karena itu dengan segala kerendahan hati penulis akan senang dalam menerima kritik dan saran perbaikan demi kesempurnaan skripsi ini. Namun penulis berharap semoga tetap dapat memberikan manfaat pada pembaca, masyarakat dan penulis lain. Akhir kata, saya berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. *Amiin Ya Rabbal 'Alamin.*

Makassar, Januari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERNYATAAN PENGESAHAN

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

ABSTRAK

ABSTRACT

KATA PENGANTAR.....

DAFTAR ISI.....

DAFTAR SINGKATAN.....

DAFTAR GAMBAR.....

DAFTAR TABEL.....

DAFTAR LAMPIRAN.....

BAB I PENDAHULUAN.....

A. LATAR BELAKANG.....

B. RUMUSAN MASALAH.....

C. TUJUAN PENELITIAN.....

D. MANFAAT PENELITIAN.....

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....

A. SARAPAN.....

1. Pengertian Sarapan.....

2. Manfaat Sarapan.....

3. Prevalensi Sarapan.....

4. Zat gizi yang memicu kecerdasan.....

B. PRESTASI BELAJAR.....

1. Pengertian Prestasi Belajar.....

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi.....

C. HUBUNGAN SARAPAN DENGAN FUNGSI KOGNITIF DAN PRESTASI.....

D. TINJAUAN KEISLAMAN.....

1. Keutamaan menuntut ilmu dalam pandangan islam.....

E. KERANGKA TEORI.....

BAB III KERANGKA KONSEP.....

A. KONSEP PEMIKIRAN	22
B. DEFINISI OPERASIONAL	23
BAB IV METODE PENELITIAN	26
A. DESAIN PENELITIAN	26
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	26
C. POPULASI	26
D. SAMPEL DAN TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL	27
E. KRITERIA SAMPEL	28
F. TEKNIK PENGUMPULAN	29
G. TEKNIK ANALISIS DATA	30
H. ETIKA PENELITIAN	31
BAB V	32
HASIL PENELITIAN	32
A. GAMBARAN UMUM SAMPEL	32
B. ANALISIS BIVARIAT	35
BAB VI	37
PEMBAHASAN	37
A. PEMBAHASAN	37
B. KETERBATASAN PENELITIAN	39
BAB VII	41
PENUTUP	41
A. KESIMPULAN	41
B. SARAN	41
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	45
LAMPIRAN 1 LEMBAR PERSETUJUAN	45
LAMPIRAN 2 KUESIONER	46
LAMPIRAN 3 HASIL OLAH DATA	47

DAFTAR SINGKATAN

IQ : *Intelligence Quotient*

URT : *Ukuran Rumah Tangga*



DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1. Kerangka teori	20
Gambar III.1. Konsep Pemikiran	21



DAFTAR TABEL

Tabel 5.1.....	31
Tabel 5.2	32
Tabel 5.3	32
Tabel 5.4	33
Tabel 5.5	33
Tabel 5.6	33
Tabel 5.7	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan

Lampiran 2 Kuesioner Penelitian

Lampiran 3 Hasil Olah Data



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas.⁽¹⁾

Penafsiran ataupun definisi Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI Nomor. 30 tahun 1990 merupakan partisipan didik yang terdaftar dan belajar di akademi besar tertentu. Berikutnya menurut Sarwono mahasiswa merupakan tiap orang yang secara formal terdaftar buat menajaki pelajaran di akademi besar dengan batasan umur dekat 18-30 tahun. Penafsiran Mahasiswa bagi Knopfemacher merupakan ialah insan- insan calon sarjana yang dalam keterlibatannya dengan akademi besar (yang makin menyatu dengan warga), di didik serta di harapkan jadi calon- calon intelektual.⁽¹⁾

Mahasiswa merupakan panggilan buat orang yang lagi menempuh pembelajaran besar di suatu universitas atau perguruan besar. Bersumber pada penafsiran menimpa kata mahasiswa tersebut di atas dapat disimpulkan yang dimaksud mahasiswa dalam riset ini merupakan

seseorang yang terdaftar secara resmi pada salah satu perguruan tinggi negara ataupun swasta untuk mengikuti pembelajaran.⁽¹⁾

Pada definisi di atas tugas mahasiswa ialah belajar, Menimba ilmu adalah proses yang dilakukan semua orang disetiap strata pembelajaran. Khasiat belajar ialah dimana seorang hendak menaikkan diri contohnya dari yang awal mulanya belum ketahui jadi ketahui sebab tanpa belajar sebetulnya tidak hendak terdapat pembelajaran.⁽²⁾

Prestasi mahasiswa dalam proses belajar di pengaruhi oleh banyak faktor, salah satu faktor nya yaitu konsentrasi. Konsentrasi adalah kemampuan tiap diri individu untuk mengarahkan, mempertahankan dan memusatkan serta menyeleksi perhatian terhadap hanya satu hal dalam waktu yang diinginkan.⁽³⁾

Dalam peningkatan konsentrasi belajar dapat dicapai dengan berbagai cara, salah satunya adalah makan pagi atau biasa disebut dengan sarapan. Makan pagi pagi ialah pasokan tenaga buat otak yang sangat baik supaya bisa berkonsentrasi. Kala bangun pagi, gula darah dalam badan kita rendah sebab semalaman tidak makan. Tanpa makan pagi yang lumayan, otak hendak susah berkonsentrasi. Tipe hidangan buat makan pagi pagi dapat diseleksi serta disusun cocok kondisi. Tetapi hendak lebih baik apabila terdiri dari santapan sumber zat tenaga, sumber zat pembangun serta sumber zat pengatur.⁽⁴⁾ Pentingnya konsentrasi dalam proses belajar dapat membuat mahasiswa dapat mengerti dan menguasai dengan baik

bahan materi yang diajarkan dan juga dapat lebih aktif dalam proses pembelajaran.

Allah SWT menurunkan pesan-pesan-Nya melalui Al-Qur'an kepada manusia, agar manusia khusyu' dalam mengerjakan sesuatu. Masalah konsentrasi yang termuat dalam surat Al-Baqarah ayat 45 :

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Terjemahnya:

"Dan mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan (dengan mengerjakan) shalat. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu' (AL-Baqarah: 45).⁽⁵⁾

Kandungan dari ayat ini menjelaskan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan khusyu' agar terasa lebih ringan. Begitu pula dengan konsentrasi saat belajar, apabila seseorang memiliki konsentrasi yang baik maka akan meningkatkan kualitas pemahaman dalam belajar dan mudah menerima informasi baru.

Selain aspek diatas, konsentrasi belajar dapat dipengaruhi oleh rasa lapar karena kurangnya pemenuhan gizi di pagi hari. Makan pagi adalah pangan yang di kangmas di pagi hari setelah petang hari tidak makan. Apabila seseorang makan malam pada pukul 07.00 malam dan baru makan kembali setelah pukul 06.00 pagi, sehingga orang tersebut puasa selama 10-12 jam. Bila saum tercatat tidak disudahi dengan makan pagi, persediaan gula dalam tubuh makhluk hidup hanya cukup digunakan saat kegiatan selama dua hingga tiga jam saja pada pagi hari. Takaran gula typical seseorang di fajar hari adalah antara 70-110mg/dl. Kekurangan

gula pada darah atau hipoglikemik terjadi karena seseorang tidak makan pagi. Hipoglikemik mengakibatkan tubuh gemeteran, pusing, dan sulit berkonsentrasi. Itu semua karena total asupan glukosa sebagai asal tenaga bagi otak menurun.^(6,7)

Makan pagi yang dilakukan sangatlah berarti pada setiap orang dengan aktivitas fisik yang cukup banyak, karena kegiatan yang dilakukan pada orang yang memerlukan tenaga dan kalori yang memadai banyak. Makan pagi memberikan partisipasi yang berarti terhadap complete asupan gizi sehari. Makan pagi mendedikasikan kira-kira 25% dari complete asupan zat pertumbuhan setiap harinya. Pada orang dewasa, makan pagi dapat menjaga ketahanan fisik, menjaga daya tahan tubuh saat bekerja dan menjaga produktivitas kerjanya. Bagi pelajar, makan pagi dapat melancarkan konsentrasi belajar, menyerap ilmu, sehingga prestasi belajarnya menjadi lebih bagus.⁽⁸⁾

Tenaga dari makan pagi untuk anak-anak dianjurkan berkisar 20-25% yaitu tiga ratus kalori. Tetapi, pada mahasiswa asupan nutrisi digunakan lebih besar dari pada anak-anak disebabkan perkembangan fisik. Pelajar yang sangat aktif dengan berbagai Aktivitas, baik itu aktivitas pembelajaran ataupun di luar pembelajaran seperti organisasi eksternal.⁽⁹⁾

Menurut penelitian Elnovriz (2014) dihasilkan bahwa hingga half remaja terutama remaja akhir tidak makan pagi. Observasi yang lain juga membuktikan bahwa sebanyak 89% remaja meyakini kalau sarapan

memang begitu penting. Namun mereka yang makan pagi secara teratur hanya 60%.⁽¹⁰⁾

Information penelitian Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 menuturkan bahwa yang tidak biasa makan pagi half anak usia sekolah dan remaja sebanyak 16,9% dan orang dewasa sebanyak 16,9% . Sebesar 26,1% anak sekolah hanya menyantap minuman saat makan pagi contohnya air putih, susu, atau teh dan 44,6% menyantap makan pagi bermutu kecil.⁽¹⁹⁾

Peningkatan atau penurunan konsentrasi, secara teoritis akan menimbulkan aktivitas yang berkualitas tinggi atau rendah, dan berakibat pada keseriusan dan ketidakseriusan belajar. Ketidakseriusan berpengaruh pada prestasi belajar, dan asumsi ini didukung para ahli pendidikan yang menyatakan bahwa rendahnya prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan anak untuk melakukan konsentrasi.⁽¹¹⁾

Berlandaskan dasar dan permasalahan tentang perlunya sarapan sebagai pelajar atau mahasiswa dan penelitian terkait yang masih menghasilkan hipotesa yang berbeda, maka pengarang merasa perlu mengadakan observasi mengenai Hubungan Antara Sarapan dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut “Adakah hubungan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa kedokteran Unismuh ?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa kedokteran unismuh.

2. Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui gambaran prestasi belajar dari nilai yang di dapatkan pada ujian last blok.
- Untuk mengetahui gambaran kalori sarapan pada mahasiswa kedokteran Unismuh.
- Untuk mengetahui gambaran komposisi sarapan pada mahasiswa kedokteran Unismuh.

D. MANFAAT PENELITIAN

Selain dengan tujuan penelitian, jadi manfaat yang di harapkan dalam penelitian ini adalah

1. Bagi responden

Semoga dapat membagikan interpretasi bahwa betapa pentingnya sarapan sebelum memulai aktivitas dan sarapan juga mempengaruhi konsentrasi belajar pada mahasiswa sehingga dapat meningkatkan prestasi mahasiswa.

2. Bagi Universitas

Bisa dijadikan masukan bahan pustaka yang berguna untuk pembaca secara keseluruhan dan penelitian selanjutnya. Serta memberikan penjelasan mengenai pentingnya makan pagi yang adalah bagian dari pola makan yang baik yang dapat meningkatkan konsentrasi dan prestasi belajar mahasiswa sehingga menghasilkan mahasiswa yang berkualitas dan berprestasi.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Manfaat untuk peneliti selanjutnya dapat menjadikan acuan atau sumber dan motivasi untuk penelitian sejenis berikutnya dengan menggunakan metode dan variabel yang lebih rumit.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. SARAPAN

1. Pengertian Sarapan

Sarapan merupakan makanan yang dikonsumsi sebelum atau pada awal kegiatan sehari-hari, dalam waktu dua jam setelah bangun tidur, biasanya tidak lewat dari jam 10.00 dan memberi asupan kalori sekitar 20—35% dari total kebutuhan energi harian. (13)

Sarapan pagi merupakan pasokan energi untuk otak yang withering baik agar dapat berkonsentrasi. Ketika bangun pagi, gula darah dalam tubuh kita rendah karena semalaman tidak makan. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi. Jenis hidangan untuk sarapan pagi bisa dipilih dan disusun sesuai keadaan. Namun akan lebih baik bila terdiri dari makanan sumber zat tenaga, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur. (4)

2. Manfaat Sarapan

Sarapan pagi sangat bermanfaat bagi semua orang. Sarapan pagi dapat membantu memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat belajar dan meningkatkan produktivitas, serta dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan penyerapan

pelajaran sehingga prestasi belajar lebih baik. Ada 2 manfaat yang diperoleh kalau seseorang melakukan sarapan pagi, antara lain :

1. Sarapan pagi dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah. Dengan kadar gula darah yang terjamin normal, maka gairah dan konsentrasi belajar bisa lebih baik 2. Ketersediaan zat gizi bermanfaat untuk fungsi dalam proses fisiologis tubuh. Seseorang yang tidak sarapan pagi, tubuhnya tidak berada dalam keadaan yang baik.

Berikut ini adalah beberapa manfaat sarapan :

- 1) Memberi energi untuk otak

Sarapan pagi yang baik meningkatkan kadar gula darah, dengan kadar gula darah yang terjamin optimal, maka gairah dan konsentrasi kerja bisa lebih baik sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktifitas.

- 2) Meningkatkan asupan vitamin

Sarapan pagi memberikan kontribusi penting beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin, dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologis dalam tubuh.

- 3) Meningkatkan daya ingat

Tidur semalaman membuat otak kelaparan, jika tidak mendapatkan glukosa yang cukup pada saat sarapan, maka fungsi otak atau memori dapat terganggu. Dalam penelitian Bagwel nilai rata-rata

yang lebih tinggi terdapat pada kelompok dengan kebiasaan sarapan yang rutin daripada kelompok dengan kebiasaan sarapan yang tidak rutin.⁽¹⁴⁾

3. Prevalensi Sarapan

Information penyelidikan Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 menuturkan bahwa yang tidak biasa makan pagi half anak usia sekolah dan remaja sebanyak 16,9% dan orang dewasa sebanyak 16,9% . Sebesar 26,1% anak sekolah hanya menyantap minuman saat makan pagi contohnya air putih, susu, atau teh dan 44,6% menyantap makan pagi bermutu kecil.⁽¹⁹⁾

4. Kerugian Tidak Sarapan Pagi

Bila saat sekolah tidak sarapan pagi maka kadar gulanya menurun. Jika ini terjadi, maka tubuh berusaha menaikkan kadar gula darah dengan mengambil cadangan lemak. Dalam keadaan seperti ini, tubuh pasti tidak berada dalam kondisi yang baik untuk melakukan kegiatan. Selain itu, bila tidak sarapan pagi dapat menyebabkan konsentrasi belajar berkurang, sehingga kemampuan memecahkan suatu masalah juga menjadi sangat menurun. Dengan demikian prestasi belajar juga ikut menurun. Kebiasaan tidak sarapan pagi yang berlama lama juga mengakibatkan pemasukan gizi menjadi berkurang dan tidak seimbang sehingga pertumbuhan remaja menjadi terganggu. Dengan demikian seorang remaja yang biasa tidak sarapan pagi dalam

jangka waktu lama berakibat buruk pada penampilan intelektualnya, prestasi di sekolah menurun dan penampilan sosial menjadi terganggu.

(14)

4. Zat gizi yang memicu kecerdasan

Praktik pengasuhan dan pemberian makan berpengaruh terhadap asupan zat gizi dan perkembangan psikososial dan emosional anak. Secara nyata, praktik pemberian makan pada anak memiliki dampak yang penting untuk perkembangan pola makan anak, khususnya keanekaragaman makanan. Menurut Ortega, semakin banyak ragam makanan yang dimakan, semakin bervariasi zat gizi yang masuk tubuh sehingga kebutuhan gizi dapat tercukupi, baik kebutuhan akan energi, protein, asam lemak, zinc, tembaga, yodium, vitamin B12, maupun zat gizi lain yang penting bagi perkembangan kognitif. ⁽¹⁵⁾

Energi dan protein merupakan zat gizi bagi perkembangan otak. Protein energi malnutrisi memengaruhi perkembangan hipokampus dan korteks otak. Selain itu, malnutrisi dapat menyebabkan kerusakan otak secara irreversible. Kurang energi protein pada masa anak-anak akan menurunkan IQ, kemampuan geometrik, dan tingkat konsentrasi. Selain itu, protein energi malnutrisi dapat mengubah struktur DNA dan RNA yang akan memengaruhi profil asam lemak. Padahal, asam lemak tidak jenuh rantai aavidin pada suhu 18°C selama 5 menit (pada suhu yang lebih tinggi diperlukan waktu pemanasan yang lebih singkat), Protein lain, yaitu ovomukoid merupakan protein yang relatif

lebih stabil terhadap pemanasan. Sekitar 90% aktivitasnya dapat dihancurkan dengan pemanasan pada suhu 80°C selama 30 menit, dan seluruh aktivitasnya akan hilang dengan pemanasan pada suhu 90°C selama 15 menit. Penelitian-penelitian lebih lanjut membuktikan bahwa aktivitas enzim tripsin manusia tidak dipengaruhi oleh ovomukoid.⁽¹⁵⁾

B. PRESTASI BELAJAR

1. Pengertian Prestasi Belajar

Memahami pencapaian tersebut, rasa prestasi diri adalah hasil dari bisnis seseorang. Prestasi dapat dicapai dengan mengandalkan kemampuan intelektual, emosional, dan spiritual, serta ketahanan dalam menghadapi semua aspek situasi kehidupan proses pembelajaran yang diukur dengan menggunakan instrumen tes atau instrumen yang relevan. Jadi prestasi belajar adalah hasil pengukuran dari penilaian usaha belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, huruf maupun kalimat yang menceritakan hasil yang sudah dicapai oleh setiap anak pada periode tertentu.⁽¹⁶⁾

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi

Aspek-aspek yang bisa mempengaruhi performa berguru ada pula aspek-aspek bisa mempengaruhi berguru itu sendiri. Aspek-aspek yang mempengaruhi berguru secara tidak langsung dapat pula mempengaruhi konsentrasi berguru akibat keduanya memiliki hubungan yang baik.

Sedangkan menurut Syah (2010) psikologi pendidikan adalah judul bukunya, belajar dapat dipengaruhi beberapa aspek yaitu dan aspek meliputi :

a. Aspek inner, adalah kondisi jasmani ataupun keadaan dan rohani pelajar meliputi dua faktor:

1) Bagian faal

Keadaan regular jasmani dan strength (tegangan otot) yang menandai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, mengikuti pelajaran bias dipengaruhi oleh semangat dan intensitas siswa. Untuk mempertahankan strength jasmaninya supaya selalu bugar, menganjurkan siswa mengkonsumsi makanan minuman yang bergizi yang mengandung karbohidrat, lemak dan protein yang seimbang contohnya nasi telur dengan sayur bayam atau ikan laut. Tidak hanya itu, ia juga dianjurkan untuk berolahraga secara teratur dan cukup istirahat. Selain kondisi umum siswa, ada pula kondisi organ-organ khusus siswa yang dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyerap informasi dan ilmu, khususnya yang disajikan di kelas. Seperti tingkat kesehatan indera pendengaran dan indera penglihatan.

2) Bagian psikologis

Bagian psikologi juga dapat mempengaruhi betapa dengan cara apa sikap dan perilaku siswa dalam berkonsentrasi, contohnya

karena adanya masalah dalam lingkungan sekitar dan keluarga. Hal ini tentunya akan mempengaruhi keadaan psikologis siswa, karena siswa akan kehilangan semangat dan motivasi belajar mereka, tentunya akan berpengaruh juga terhadap tingkat konsentrasi siswa yang akan semakin menurun.

Aspek-aspek rohaniyah siswa yang pada umumnya memandang lebih esensial, yaitu:

a) Ambang kepintaran anak sekolah

Intelegensi pada umumnya dapat diartikan sebagai kemampuan psiko-fisik untuk mereaksi rangsangan atau menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan cara yang tepat. Tingkat kecerdasan/intelegensi (IQ) adalah salah satu faktor yang menentukan keberhasilan belajar siswa. Semakin tinggi kemampuan intelegensi seorang siswa maka semakin besar peluangnya untuk meraih sukses. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan intelegensi seorang siswa maka semakin kecil pula peluang dalam memperoleh kesuksesan. Pemahaman terhadap tingkat kecerdasan siswa akan membantu mengarahkan dan merencanakan bantuan yang akan diberikan kepada peserta didik. Jadi intelegensi sebenarnya bukan persoalan kualitas otak saja, melainkan juga kualitas organ-organ tubuh lainnya, tetapi peran otak lebih menonjol daripada organ lainnya karena otak adalah pengontrol seluruh aktivitas manusia. Tingkat kecerdasan atau

intelegensi (IQ) siswa tak dapat diragukan lagi, sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa. Semakin tinggi intelegensi maka semakin besar peluang untuk meraih sukses dan sebaliknya.

b) Bakat pelajar

Bakat (tendency) merupakan kemampuan potensial yang seorang miliki untuk keberhasilan dicapai pada masa yang akan datang. Dengan demikian, sebetulnya setiap orang pasti memiliki bakat dalam arti berpotensi untuk mencapai prestasi sampai ke tingkat tertentu sesuai dengan kapasitas masing-masing. Jadi, secara umum bakat itu mirip dengan intelegensi. Itulah sebabnya, seorang anak yang berintelegensi sangat cerdas (transcendent) atau cerdas luar biasa (pervasive) disebut juga sebagai skilled child. Pada perkembangan selanjutnya, mengartikan bakat menjadi kemampuan tugas dilakukan individu khusus tidak banyak bergantung pada upaya pelatihan dan pendidikan. Bakat seorang siswa pada bagian elektro, contohnya akan jauh lebih gampang diserap informasi, pengetahuan, dan keterampilan yang berhubungan dengan bidang tersebut dibanding dengan siswa lainnya.

c) Dorongan belajar

Dorongan adalah keadaan inward organisme baik manusia atau hewan yang mendorong untuk berbuat sesuatu. Yaitu pemasok

daya (energizer) untuk bertingkah laku secara terarah. Dalam motivasi intrinsik adalah perasaan menyenangkan materi dan kebutuhannya terhadap materi misalnya untuk kehidupan masa depan siswa yang bersangkutan. Dorongan ekstrinsik adalah hal dan keadaan yang datang dari luar individu siswa yang juga mendorongnya untuk melakukan kegiatan belajar. Pujian dan hadiah, peraturan atau good bye tertib sekolah, suri teladan orangtua, master dan seterusnya merupakan contoh-contoh konkret motivasi ekstrinsik yang dapat menolong siswa untuk belajar. Kekurangan atau ketiadaan motivasi, baik yang bersifat inner maupun yang bersifat eksternal, akan menyebabkan kurang bersemangatnya dilakukan siswa dalam compositions belajar materi-materi ilmu baik di sekolah maupun di rumah. Pada perspektif kognitif, motivasi yang lebih signifikan bagi siswa adalah motivasi intrinsik karena lebih murni dan langgeng serta tidak bergantung pada dorongan atau pengaruh orang lain.

Faktor yang memotivasi belajar mahasiswa, yaitu: (a) Adanya sifat ingin tahu dan ingin menyelidiki, dikarenakan dapat menghasilkan kepuasan dalam dirinya, (b) Adanya sifat yang kreatif dan keinginan selalu maju, (c) Adanya keinginan untuk mendapatkan simpati dari orangtua, master dan teman-teman seperti penghargaan, pujian dan rasa singati, (d) Adanya keinginan untuk memperbaiki kegagalan yang lalu dengan usaha yang baru,

baik kooperasi atau kompetisi. (c) Adanya keinginan untuk mendapatkan rasa aman bila menguasai pelajaran.

d) Minta pelajar

Minat (interest) berarti kesamaan & kegairahan yg tinggi atau hasrat yg akbar terhadap sesuatu. Umpamanya, seseorang anak didik yg meraruh minat akbar terhadap matematika akan memusatkan perhatiannya lebih banyak. Kemudian, lantaran pemusatan lebih intensif materi itulah yg memungkinkan anak didik tersebut buat belajar lebih ulet & akhirnya mencapai prestasi yg diinginkan.

b. Faktor luar, adalah keadaan lingkungan pada sekitar pelajar.

Terdiri atas dua aspek yaitu:

1) Aspek lingkungan sosial

Lingkungan sosial bagi siswa terdiri dari dua macam yaitu lingkungan sekolah seperti master, staf administrasi dan teman sekelas dan lingkungan sosial tempat tinggal siswa seperti masyarakat dan tetangga serta teman sepermainan.

2) Faktor lingkungan non-sosial

Aspek-aspek yang tergolong lingkungan non sosial adalah gedung sekolah dan letaknya, rumah tempat tinggal keluarga siswa dan letaknya, alat-alat belajar, keadaan cuaca dan waktu belajar pelajar.

- c. Faktor pendekatan belajar, yakni jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan untuk melakukan kegiatan pembelajaran materi-materi pelajaran. ⁽²⁾

C. HUBUNGAN SARAPAN DENGAN FUNGSI KOGNITIF DAN PRESTASI

Menurut penelitian dari Cut Nadia terdapat hubungan sarapan dengan fungsi kognitif dengan prestasi belajar, sebanyak 49 murid yang berprestasi belajar baik, 67,7% memiliki kebiasaan sarapan baik dan 50% memiliki kebiasaan sarapan kurang baik, serta 64,9% memiliki fungsi kognitif baik dan 50% memiliki fungsi kognitif kurang baik. ⁽¹⁸⁾

Berlimpah amatan yang memperlihatkan hubungan yang positif antara pengambilan makan pagi dan kenaikan keupayaan mental. Makan pagi menunjukkan kesan positif pada kecerdasan dan pembentukan sikap positif pada pembelajaran di jenjang pendidikan. Makanan yang berasaskan karbohidrat meningkatkan kandungan glukosa di dalam otak. Glukosa memainkan peranan penting bagi meningkatkan fungsi kognitif tentamnya dalam bidang yang melibatkan aktivitas mengingat. ⁽¹²⁾

Makan pagi yang kita makan dapat mempengaruhi fungsi kognitif secara berbeda sesuai dengan laju penghantaran glukosa di dalam darah. Penelitian yang terkait tentang efek glukosa pada fungsi kognitif terutama fokus pada periode earlier post-dinner. Ketika dikaji, peningkatan yang signifikan pada fungsi kognitif setelah makan makanan dengan indeks

glikemik rendah lebih dominan terjadi setelah periode berikutnya yaitu later post-feast. Hasil dari studi tersebut, menunjukkan keuntungan pada pengukuran fungsi kognitif pada periode setelah makan yaitu antara 75 dan 235 menit. ⁽¹²⁾

Pasokan gizi itu menjadi lebih penting ketika anak mulai sekolah. Pada masa ini, anak cenderung mengikuti pola makan teman sebayanya, yang kadang tidak mengandung cukup zat-zat pembangun. Aktivitas sekolah juga membuat anak mengabaikan kebutuhan fisiknya. Menurut American Dietetic Association, anak yang selalu sarapan akan memiliki daya konsentrasi, keterampilan menyelesaikan masalah, serta koordinasi mata-tangan yang lebih baik juga lebih kreatif, rajin. ⁽¹²⁾

D. TINJAUAN KEISLAMAN

1. Keutamaan menuntut ilmu dalam pandangan islam

Dalam sebuah hadist tentang keutamaan ilmu pengetahuan dalam islam, Rasulullah SAW bersabda :

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ

Artinya:

"Menuntut ilmu itu wajib bagi setiap Muslim." (HR. Ibnu Majah no. 224, dari sahabat Anas bin Malik radhiyallahu 'anhu, dishahihkan Al Albani dalam Shahih al-Jaami'ish Shaghiir no. 3913) ⁽¹⁷⁾

Dalam Al-Quran dikatakan bahwa orang yang berilmu akan diangkat derajatnya, Allah SWT berfirman :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا
 يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا
 مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

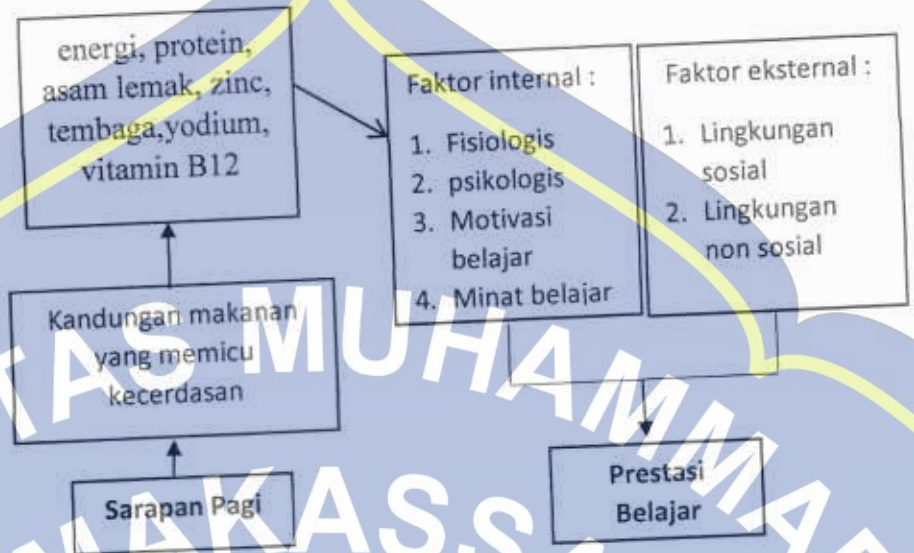
Terjemahnya:

Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.⁽⁵⁾

Dari hadist dan ayat di atas bisa diambil kesimpulan bahwa ketika Allah memerintahkan sesuatu kepada umatnya pasti akan ada syafaat yang di berikan.



E. KERANGKA TEORI

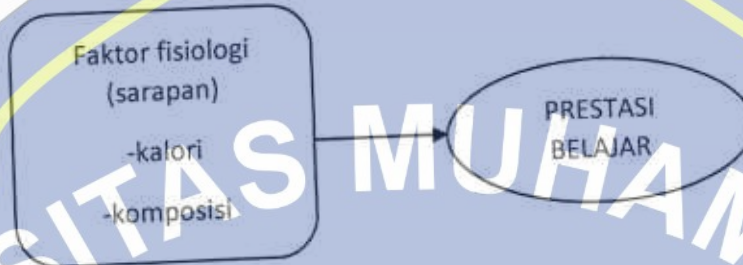


Gambar II.1. Kerangka teori

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. KONSEP PEMIKIRAN



Gambar III.1. Konsep Pemikiran

Keterangan :

-  : Variabel Independen (X)
 : Variabel Dependen (Y)

Berlandaskan Tinjauan Pustaka sebelumnya, mahasiswa atau pelajar wajib mengikuti jenjang pendidikan dimulai dari SD, SMP, SMA, hingga perguruan tinggi. Pada semua jenjang tersebut pelajar dituntut untuk belajar. Belajar ialah kegiatan berproses dan dalam belajar mutlak membutuhkan konsentrasi maka akan dihasilkan prestasi. Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh dua factor yaitu aspek inward dan faktor eksternal. Kedua aspek tersebut dengan menggunakan kuesioner pada penelitian ini peneliti menghomogenkan sehingga tidak terjadi predisposition. Faktor interior terdapat faktor faal yaitu sarapan yang akan diteliti oleh peneliti karena dengan kecukupan energi akan meningkatkan prestasi. Sedangkan

faktor eksternal sudah homogen karena mahasiswa mengikuti belajar mengajar di kelas yang secara fisik sama yaitu di gedung FKIK Unismuh Makassar dan teman teman yang sama dalam satu kelas. Dan yang terakhir yaitu faktor pendekatan belajar yaitu metode belajar mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar ini menggunakan metode satu arah dengan penjelasan dari dosen dan terkadang juga terdapat feedback dari mahasiswa dengan adanya sesi pertanyaan.

B. DEFINISI OPERASIONAL

Definisi operasional variabel adalah suatu definisi yang memberikan penjelasan terhadap semua variabel, dengan tujuan memberikan arti atau menspesifikasikannya.²⁰

1. Kalori Sarapan

Kalori yang di konsumsi oleh responden pada pagi hari jam 06.00-10.00.

Cara ukur : Kuesioner

Alat ukur : Food recall 24 jam dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi saat sarapan.

Hasil ukur :

- a) cukup apabila kalori 300-500 kkal
- b) Kurang apabila kalori <300-500 kkal

Skala : Ordinal

2. Prestasi Belajar

Prestasi adalah angka pencapaian hasil tes atau ujian yang diperoleh mahasiswa di mana ujian tersebut sebagai pengukuran hasil belajar mahasiswa.

Cara ukur : Informasi dari data hasil ujian final

Alat ukur : Daftar tilik

Hasil ukur :

a) Lulus : ≥ 60

b) Tidak lulus : < 60

Skala : Ordinal

3. Komposisi Sarapan

Komposisi sarapan pada responden adalah yang meliputi lemak, protein dan karbohidrat.

Cara ukur: kuesioner

Alat ukur : food review dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi saat sarapan

Hasil ukur :

a) kurang apabila nilai asupan energi sarapan $<$ median

b) Cukup bila nilai asupan energi sarapan $\geq$ median.

Skala : nominal

C. HIPOTESIS

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Adanya hubungan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa kedokteran Unismuh.

2. Hipotesis Null (H_0)

Tidak adanya hubungan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa kedokteran Unismuh.

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. DESAIN PENELITIAN

Metode kuantitatif digunakan pada penelitian ini dengan desain cross-sectional. Penelitian mencari hubungan sebab-akibat dengan menggunakan studi cross-sectional sehingga menghasilkan hipotesis spesifik hingga dikatakan bahwa penelitian cross-sectional adalah penelitian pergantian antara studi deskriptif dan analitis dalam bentuk penelitian survey. Dalam penelitian ini dilakukan pengamatan tentang sarapan bersamaan dengan pengambilan data tentang prestasi belajar di akhir blok.

B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan September – Oktober 2020 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

C. POPULASI

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Makassar 433 orang.

D. SAMPEL DAN TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL

1. Sampel

Sampel separuh dari obyek populasi dan jumlahnya makan kecil dari populasi atau separuh atau wakil populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar tahun sebanyak 433 orang.

2. Teknik pengambilan sampel

Pengambilan sampel dari penelitian yang dilakukan yakni dengan *stratified random sampling*, yaitu sebanyak 100 mahasiswa.

3. Estimasi besar sampel

Angkatan 2017 : 113 orang

Angkatan 2019 : 132 orang

Angkatan 2018 : 89 orang

Angkatan 2020 : 99 orang

Jumlah sampel yang diambil berdasarkan masing-masing bagian tersebut ditentukan dengan rumus :

$$N = \frac{\text{populasi kelas}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{jumlah sampel yang di tentukan}$$

$$\text{Angkatan 2017 : } N = \frac{113}{433} \times 100$$

$$N = 26 \text{ orang}$$

$$\text{Angkatan 2018 : } N = \frac{89}{433} \times 100$$

$$N = 21 \text{ orang}$$

$$\text{Angkatan 2019 : } N = \frac{132}{433} \times 100$$

$$: N = 30 \text{ orang}$$

$$\text{Angkatan 2020 : } N = \frac{99}{433} \times 100 \text{ s}$$

$$N = 23 \text{ orang}$$

Keseluruhan sampel mahasiswa sebanyak 100 orang

E. KRITERIA SAMPEL

Berikut ini adalah kriteria Inklusi dan kriteria Eksklusi dalam penelitian yang akan dilaksanakan :

1. Kriteria inklusi :

- a. Mahasiswa Kedokteran Unismuh Makassar
- b. Bersedia menjadi responden

2. Kriteria eksklusi :

- a. Responden tidak dapat di hubungi
- b. Responden mendadak sakit
- c. Mahasiswa yang tidak melakukan sarapan selama 3 hari sebelum ujian.
- d. Penyakit yang mengganggu konsentrasi

F. INSTRUMEN PENELITIAN

Instrumen rule digunakan pada pengumpulan data non tes yaitu kuesioner atau angket. Instrumen Iranian variabel sarapan memiliki indikator yaitu mahasiswa mengetahui konsumsi sarapan atau tidak, mengetahui jenis makanan yang sehat dan seimbang untuk dikonsumsi. 1. Food review adalah kegiatan rule mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode selama twenty four jam. Jumlah konsumsi makanan individu ditanyakan secara teliti dengan menggunakan URT (sendok, gelas, piring,dll) dan ukuran gram. Tetapi apabila responden tidak mengetahui berapa gram pada makanan yang dikonsumsi, Kwa ditulis ditentukan oleh peneliti.

Tujuan food review untuk mengukur jumlah asupan nutrisi dalam satu waktu tertentu. Penelitian ini menggunakan food review 24 jam sarapan dikarenakan metode ini cukup akurat, cepat pelaksanaannya, murah dan mudah untuk menggambarkan kualitas atau kebiasaan sarapan terhadap responden. ⁽²¹⁾

2. Nutrisurvey adalah programming untuk mengukur energi (kalori) apa saja yang dimakan mahasiswa saat sarapan.

3. Dokumentasi dengan melihat atau mengobservasi hasil belajar mahasiswa yaitu hasil ujian last blok.

F. TEKNIK PENGUMPULAN

Teknik pengumpulan data adalah metode atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Membuat persetujuan pengambilan informasi mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- b. Membuat persetujuan kepada ketua Prodi dalam pengambilan informasi mahasiswa kedokteran yaitu nilai akhir blok mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- c. Pengambilan informasi dilakukan oleh peneliti sendiri through on the web.
- d. Melakukan pengisian angket kepada responden setelah meminta izin atas menandatangani lembar persetujuan sebagai responden

tentang sarapan dan jenis atau macam makanan pagi para responden pada bulan September 2020.

- e. Kuesioner rule telah diisi lengkap kemudian dilakukan pengolahan information dan analisa information.
- f. Menyimpulkan hasil pengolahan dan analisis information

G. TEKNIK ANALISIS DATA

Analisa information dilakukan pada memakai programming PC, tentang hal analisa information yang dilakukan adalah :

1. Analisis Univariat

Analisa Univariat digunakan untuk mendeskripsikan gambaran distribusi frekuensi Iranian variabel dependen dan variabel independen. Variabel Independen (makan pagi) dan variabel dependen (prestasi belajar).

2. Analisis Bivariat

Analisis information dilakukan dengan menggunakan programming komputer Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan terikat. Uji hipotesa yang digunakan adalah Chi sq untuk melihat lebih lanjut hubungan antara dua variabel. Tingkat signifikansi principle ditetapkan sebesar $p \leq 0,05$ pada derajat kepercayaan sebesar 95%, sehingga hasil perhitungan statistik signifikan atau menunjukkan ada hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen, dan apabila nilai $p > 0,05$ berarti hasil perhitungan statistik tidak signifikan atau tidak ada hubungan antara variabel dependen

dengan variabel independen. Uji ini digunakan untuk melihat variabel independen dengan variabel dependen dengan skala kategorik atau info peringkat. Sebelum menggunakan uji chi square, dilakukanlah tes normalitas dengan memakai metode kolmogorov smirnov untuk membandingkan distribusi information dengan distribusi typical port ($Z \geq 0,05$) juga karena menggunakan sampel banyak.

H. ETIKA PENELITIAN

Penelitian akan dilakukan menekankan masalah etik yang meliputi:

1. Lembar persetujuan diberikan kepada subjek yang akan diteliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, jika responden bersedia untuk diteliti, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan tersebut. Jika responden menolak untuk diteliti, maka peneliti tidak akan memaksa dan tetap menghormati hak-haknya.
2. Responden tidak dikenakan biaya apapun
3. Kerahasiaan informasi dijamin peneliti. Hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan dan dilaporkan sebagai hasil penelitian.

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. GAMBARAN UMUM SAMPEL

Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2017-2020.

Angkatan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
2017	26	26%
2018	21	21%
2019	30	30%
2020	23	23%
Total	100	100%

sumber : data primer diolah dengan SPSS 13,2021

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan responden dalam penelitian ini berdasarkan tahun angkatanannya dengan responden terbanyak yaitu angkatan 2019 dengan jumlah responden 30 (30%).

Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan kalori sarapan mahasiswa fakultas kedokteran tahun ajaran 2019/2020.

Kalori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Cukup	57	57%
Kurang	43	43%
Total	100	100%

Sumber : data primer diolah dengan SPSS 13,2021

Berdasarkan tabel 5.2 distribusi frekuensi kalori sarapan pada mahasiswa tahun ajaran 2019/2020 Universitas Muhammadiyah makassar fakultas kedokteran yang makan pagi pada golongan cukup sebanyak 57 orang (57%), dan yang makan pagi pagi kategori kurang sebanyak 43 orang (43%). Hal ini memperlihatkan bahwa sebagian mahasiswa yang sarapan sebelum memulai belajar yang berkalori memadai.

Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan prestasi

Prestasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Lulus	25	25%
Tidak lulus	75	75%
Total	100	100%

Sumber : data primer diolah dengan SPSS,2021

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan responden dalam penelitian ini berdasarkan prestasi belajar yang diambil dari hasil ujian final blok dengan jumlah responden yang tidak lulus sebanyak 75 orang (75%).

Tabel 5.4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan kebutuhan komposisi karbohidrat sarapan.

Karbohidrat	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Cukup	56	56%
Kurang	44	44%
Total	100	100%

Sumber : data primer diolah dengan SPSS,2021

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan responden dalam penelitian ini berdasarkan kebutuhan komposisi karbohidrat yang diambil dari sarapan dengan jumlah responden dalam kategori cukup sebanyak 56 orang (56%).

Tabel 5.5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan kebutuhan komposisi protein sarapan.

Protein	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Cukup	54	54%
Kurang	50	50%
Total	100	100%

Sumber : data primer diolah dengan SPSS,2021

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan responden dalam penelitian ini berdasarkan kebutuhan komposisi protein yang diambil dari sarapan dengan jumlah responden dalam kategori cukup sebanyak 54 orang (54%).

Tabel 5.6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan kebutuhan komposisi lemak sarapan.

Lemak	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Cukup	56	56%
Kurang	44	44%
Total	100	100%

Sumber : data primer diolah dengan SPSS,2021

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan responden dalam penelitian ini berdasarkan kebutuhan komposisi lemak yang diambil dari sarapan dengan jumlah responden dalam kategori cukup sebanyak 56 orang (56%).

B. ANALISIS BIVARIAT

1. Hubungan antara sarapan dengan prestasi belajar

Analisa hubungan antara sarapan dengan prestasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar tahun ajaran 2019-2020, adalah sebagai berikut :

Tabel 5.7 Hubungan antara Sarapan dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Tahun Ajaran 2019/2020.

Kalori	Prestasi				Total		p
	Lulus		Tidak lulus				
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	
Cukup	18	31,6%	39	68,4%	57	100,0%	0,080
Kurang	7	16,3%	36	83,7%	43	100,0%	
Total	25	25,0%	75	75,0%	100	100,0%	

*Signifikan ($p < 0,05$)

Sumber : data primer diolah dengan SPSS, 2021

Tabel di atas menunjukkan prestasi mahasiswa yang humdingers memiliki kalori yang cukup (31,6%) lebih besar daripada mahasiswa yang mengonsumsi kalori kurang (16,3%). Namun presentasi mahasiswa yang tidak humdingers lebih besar dari pada mahasiswa yang humdingers dengan konsumsi kalori yang cukup. Hasil uji chi sq. $p = 0,080$ ($p > 0,05$), principle berarti tidak terdapat hubungan sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa

BAB VI

PEMBAHASAN

A. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa yang paling tinggi adalah sampel dengan mahasiswa yang tidak lulus dengan kalori yang kurang. Kemudian sampel dengan prestasi yang lulus paling tinggi pada sampel dengan kalori yang cukup. Sedangkan sampel yang tidak lulus lebih besar dibandingkan dengan sampel yang lulus.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* didapatkan nilai *p value* 0,080 lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun Ajaran 2019/2020.

Berdasarkan hasil penelitian principle telah dilakukan peneliti pada kaitan sarapan dengan prestasi belajar, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan selang makan pagi pada hasil berguru. Hal ini disebabkan Makan pagi bukanlah satu-satunya yang mempengaruhi prestasi belajar. Berdasarkan penelitian Retno dkk di Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta menyatakan bahwa keluarga adalah salah satu yang mempengaruhi prestasi belajar siswa. Pusat Pendidikan utama dan pertama adalah keluarga tetapi dapat juga menjadi penyulit anak dalam belajar contohnya cara mendidik anak, sangkutan dan

bimbingan great ape tua dengan anak, suasana rumah dan keadaan ekonomi keluarga. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Suryabrata bahwa faktor yang berasal Iranian language luar diri responden principle dapat mempengaruhi prestasi belajar antara lain waktu belajar (pagi, siang, malam), tempat belajar dan alat-alat yang dipakai untuk belajar dan juga aspek yang berasal Iranian language dalam diri responden yang melingkupi rasa ingin tahu terhadap pelajaran ⁽²²⁾.

Faktor yang mempengaruhi prestasi belajar ada dua yaitu faktor interior dan eksternal. Faktor inner melingkupi (1) faktor psikologis (bersifat rohaniah) melingkupi motivasi dan kecerdasan, fase pertama dalam compositions belajar merupakan dorongan, (2) faktor fisiologis (bersifat jasmaniah) diantaranya yaitu kebiasaan sarapan pagi mempengaruhi status gizi, persediaan pangan keluarga, pola konsumsi makanan keluarga, zat gizi dalam makanan serta pendapatan keluarga, nutrisi memegang peranan penting untuk meningkatkan kemampuan belajar). Sedangkan faktor eksternal diantaranya: (1) faktor sosial, antara lain master, keluarga (orang tua), teman, ekonomi, pendidikan orang tua, sekolah dan masyarakat sekitar, (2) lingkungan fisik sekolah dan tempat tinggal, suara, pencahayaan, desain belajar dan les tambahan merupakan aspek non sosial.

Produk penelitian ini tidak seirama oleh anggapan Eny yang menjelaskan bahwa yang bisa mempengaruhi secara langsung hasil belajar adalah kegiatan makan pagi, hal ini dikarenakan ada dua manfaat dari sarapan pagi. Pertama, meningkatnya kadar gula dalam darah dikarenakan mkaan pagi dapat menyediakan karbohidrat yang siap untuk digunakan, dengan kadar gula darah yang common gairah dan konsentrasi kerja akan lebih baik sehingga berdampak

pada hasil belajar. Kedua jasa penting diberikan makan disaat terbit fajar akan zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh seperti protein, lemak, supplement dan mineral⁽¹²⁾. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat menyempurnakan lagi metode penelitian dengan menggunakan metode yang lain dalam meneliti hubungan sarapan dengan prestasi belajar.

Salah satu bentuk ibadah adalah tekun menuntut ilmu. Islam akan meninggikan derajat orang-orang yang berilmu. Begitu pentingnya ilmu dalam Islam hingga diperintahkan melalui Al-Qur'an maupun hadis. Dalam satu hadis riwayat Ibnu Majah, menuntut ilmu hukumnya ada yang mengatakan fardhu ain dan fardhu kifayah. Fardhu ain adalah wajib hukumnya bagi setiap muslim untuk mengerjakannya. Sedangkan fardhu kifayah apabila salah satu sudah mengerjakan maka gugur kewajibannya bagi yang lain. kunci keberhasilan adalah dengan dengan ilmu. Telah dijelaskan dalam Al-Qur'an menyebutkan keutamaan menuntut ilmu pengetahuan, salah satunya pada Q.S. Al-Muhajdah ayat 11, Allah SWT berfirman:

ذَرَجَاتِ الْعِلْمِ أَوْثَرُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ اللَّهُ يَرْفَعُ

Artinya : “niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat”.⁽⁵⁾

B. KETERBATASAN PENELITIAN

Peneliti merasa adanya keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini.

Keterbatasan penelitian tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

1. Pengambilan prestasi belajar yaitu mengambil nilai final bukan dari nilai akhir jadi masih banyaknya nilai dari mahasiswa yang terbilang kurang dari nilai lulus.
2. Penelitian ini menggunakan metode cross sectional yang akan membagikan penjelasan hubungan sebab akibat saja, yang hanya mengkaji variabel independent dan variable dependennya secara Bersama sama pada saat berlangsungnya penelitian.
3. Pengkajian ini memiliki keterbatasan total variabel, dimana kemungkinan masih ada variabel-variabel bebas lainnya yang justru mempunyai hubungan dengan variabel terikat seperti pada factor internal yaitu IQ, bakat, minat, dan status gizi dan pada factor eksternal seperti orang tua, keadaan ekonomi, hubungan dalam keluarga dan lingkungan sekolah.

BAB VII

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan ilmu kesehatan tahun ajaran 2019/2020 didapatkan, prestasi yang terbanyak adalah mahasiswa dengan prestasi yang tidak lulus.
2. Gambaran kalori pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan ilmu kesehatan tahun ajaran 2019/2020 didapatkan, kategori yang terbanyak adalah kalori cukup.
3. Gambaran komposisi sarapan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan ilmu kesehatan tahun ajaran 2019/2020 didapatkan, kategori yang terbanyak adalah komposisi cukup.
4. Berdasarkan hasil uji analisis Chi-sq diperoleh nilai p value 0,080 ($p = >0,05$). Dengan demikian tiada korelasi yang signifikan antara sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan ilmu kesehatan tahun ajaran 2019/2020.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disampaikan saran-saran sebagai berikut :

1. Disarankan bagi peneliti yang akan datang , diminta dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan mendalami mengenai aspek-aspek lain yang

berhubungan dengan prestasi belajar seperti aspek eksternal atau aspek inner.

2. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat menyempurnakan lagi metode penelitian yang digunakan.
3. Semoga penelitian ini bisa dijadikan pembelajaran kedepannya agar hasil penelitian yang didapatkan bias lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

1. Kurniawati J, dan Siti Baroroh. 2016. *Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu*. Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Vol.8 (2) Desember 2016;
2. Syah, Muhibbin. *Psikolog Pendidikan dengan Pendekatan Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.2010
3. Maramis WF & Maramis AA. *Catatan Ilmu Kedokteran jiwa*. edk 2. Pusat Penerbitan dan Percetakan (AUP): Surabaya.2009
4. Arifin, Leo Akbar. *Hubungan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Siswa di Sekolah*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.2015
5. Al-Quran'nul Karim.
6. Sunarti E. *Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar [tesis]*. Yogyakarta : Pasca Sarjana Program Studi IKM Minat Utama Gizi Kesehatan, Universitas Gadjah Mada;2015.
7. Khomsan A. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta : Gramedia.
8. Judarwanto W. *Perilaku makan anak sekolah*. Available at: <http://kesulitanmakan.bravehost.com>. Accesed juny 23,2020.
9. Arisman. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta:EGC.2013
10. Elnovriz D R, Bachtiar H. *Aspek-aspek yang berhubungan pada tingkat asupan , Yenrina zat gizi mahasiswa universitas andalas yang berdomisili di asrama mahasiswa [serial online]* Available from: URL: <http://repository.unand.ac.id/648> diakses pada tanggal 23 juni 2020.
11. Sandra, Meutia.Kaitan Sarapan Pagi, Menu Makanan, Semangat Belajar dan Biaya dengan Prestasi Belajar di Universitas Islam Riau Pekanbaru Indonesia. ISSN 2086-2245.2017;
12. Hanif, Eny Syarifah.*Hubungan Sarapan dengan Prestasi Belajar pada Modul BSN III UIN Hidayatullah Jakarta 2016*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.2016.
13. Dodik briawan, dkk. *Pengaruh Media Kampanye Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor*. Dapertemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor, Bogor.2015
14. Bagus Saniartha, I Komang (Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Pola Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 1 Tampaksiring Kabupaten Gianyar. Diploma thesis, Poltekkes Denpasar. 2020
15. Toto Sudargo, Nur Aini dan Nurul Laily.*Defisiensi Yodium,Zat Besi dan Kecerdasan hal 54-55*. Yogyakarta : UGM. 2018
16. Ekayani, Ni Luh Putu. *Pentingnya Penggunaan Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa*. Jurusan PGSD, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja, Indonesia. 2017
17. Detik news. HR Ibnu Majah : 224. Tentang menuntut ilmu.

18. Nadia, *Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Fungsi Kognitif dengan Prestasi Belajar Anak Kelas 3-5 di SD Negeri 57 Banda Aceh*. Aceh : Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Available from: URL: https://etd.unsyiah.ac.id/baca/notfound.php?biblio_id=29162 diakses tanggal 15 Oktober 2020. 2016
19. Rita Halim, Raihanah Suzan, Paramita Ekadeva Sari. *Hubungan Komposisi Sarapan dengan Kadar Gula Darah dan Fungsi Kognitif pada Mahasiswa Kedokteran*. Jambi. Bagian Ilmu Gizi Klinik Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. 2018
20. Ni Luh Putu Ari Dewi, I Dewa Made Endiana, I Putu Edy Arizona. *Pengaruh Rasio Likuiditas, Rasio Leverage dan Rasio Profitabilitas Terhadap Financial Distress pada Perusahaan Manufaktur*. Denpasar. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mahasaraswati Denpasar. 2019
21. Supariasa. *Pendidikan dan Konsultan Gizi*. Jakarta :EG. 2012
22. Retno Dewi Noviyanti1, Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati. *Kaitan Etik Makan pagi dengan Prestasi Belajar pelajar SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta*. Program Study S1 Gizi, STIKES KU Muhammadiyah Surakarta. 2018.

LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar persetujuan

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR

MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

MAKASSAR

Assalamu'alaikum WR. WB.

Nama

: JIHAN CAMELIA FARIED

NIM

: 105421105217

Saya mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar Fakultas Kedokteran sedang melaksanakan penelitian untuk penulisan skripsi sebagai tugas akhir untuk menyelesaikan pendidikan sebagai Sarjana Kedokteran (S.Ked).

Dalam lampiran ini terdapat pertanyaan yang berhubungan dengan penelitian untuk itu saya harap dengan segala kerendahan hati agar saudara/saudari bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner yang telah disediakan. Kerahasiaan jawaban akan dijaga dan hanya diketahui oleh peneliti.

Saya ucapkan terimakasih atas bantuan dan partisipan teman teman dalam pengisian kuesioner ini

Apakah saudara/saudari bersedia menjadi responden?

YA/TIDAK

(

)

Responden

--	--

LEMBAR KUESIONER

I. Identitas Responden

Nama :

Alamat :

No. Hp :

Umur :

II. Sarapan (Food recall)

Apakah anda sarapan sarapan hari ini ?

☐

Ya

Tidak

☐

Isilah sesuai dengan waktu, jenis atau macam makanan saat sarapan dengan URT dalam tiga hari terakhir.

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan		
		Jenis	URT	Gram

Keterangan :

URT : ukuran rumah tangga, misalnya : piring, mangkok, sendok, gelas, dan lain-lain.

Lampiran 3 Hasil olah data

Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2017.00	26	26.0	26.0	26.0
	2018.00	21	21.0	21.0	47.0
	2019.00	30	30.0	30.0	77.0
	2020.00	23	23.0	23.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Riwayat.Penyakit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ada	0	0	0	0
	Tidak ada	100.0	100.0	100.0	100.0
	Total	100.0	100.0	100.0	

Kalori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	57	57.0	57.0	57.0
	Kurang	43	43.0	43.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Prestasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Lulus	25	25.0	25.0	25.0
	Tidak Lulus	75	75.0	75.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Karbohidrat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	56	56.0	56.0	56.0
	Kurang	44	44.0	44.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	54	54.0	54.0	54.0
	Kurang	46	46.0	46.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	56	56.0	56.0	56.0
	Kurang	44	44.0	44.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Hubungan kalori sarapan dengan prestasi belajar

Crosstab

		Prestasi		Total
		Lulus	Tidak Lulus	
Kalori	Cukup	Count 18	39	57
		% within Kalori 31.6%	68.4%	100.0%
Kalori	Kurang	Count 7	36	43
		% within Kalori 16.3%	83.7%	100.0%
Total		Count 25	75	100

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	3.060 ^a	1	.080		
Continuity Correction ^b	2.298	1	.130		
Likelihood Ratio	3.163	1	.075		
Fisher's Exact Test				.104	.063
Linear-by-Linear Association	3.029	1	.082		
N of Valid Cases	100				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.75.

b. Computed only for a 2x2 table

% within Kalori	25.0%	75.0%	100.0%
--------------------	-------	-------	--------

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Kalori (Cukup / Kurang)	2.374	.888	6.347
For cohort Prestasi = Lulus	1.940	.891	4.224
For cohort Prestasi = Tidak Lulus	.817	.656	1.019
N of Valid Cases	100		

ORIGINALITY REPORT



PRIMARY SOURCES

- 1 repository.uinjkt.ac.id Internet Source 22%
- 2 www.researchgate.net Internet Source 2%

turnitin

Signature: [Handwritten Signature]

Nama Instruktur: Mirfayana

Exclude quotes Exclude matches
Exclude bibliography

