

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN PAGI DAN ASUPAN GIZI
DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR
DI SD NEGERI HOLTEKAMP DESA HOLTEKAMP
DISTRIK MUARA TAMI KOTA JAYAPURA
PROPINSI PAPUA TAHUN 2003**



**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Mata Kuliah KTI Dan Pendidikan Akhir Diploma III Gizi**

MARIA PANGKRASIA KIRIMUNUN

NIM. 200 200 933

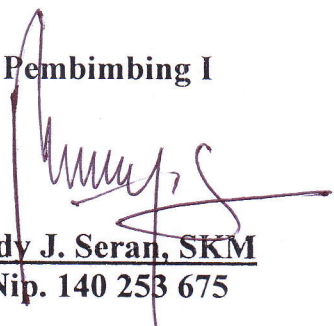
**DEPARTEMEN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA
JURUSAN GIZI
JAYAPURA
2003**

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul “Hubungan Kebiasaan Makan Pagi dan Asupan Gizi dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura Propinsi Papua Tahun 2003,” telah disetujui untuk diseminarkan

Jayapura, November 2003

Pembimbing I

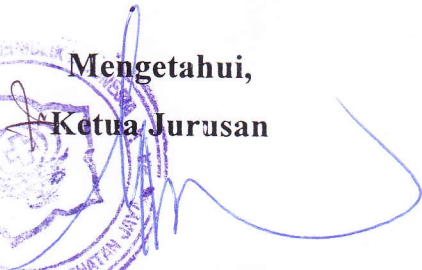

Rudy J. Seran, SKM
Nip. 140 253 675

Pembimbing II

Librecht Maspaitela, M.Kes
Nip. 160 011 407

Mengetahui,

Ketua Jurusan


Gutit Enny Susanti, SKM, M.Kes
Nip. 140 075 010

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : MARIA PANGKRASIA KIRIMUNUN
Tempat Tanggal Lahir : Merauke, 15 September 1980
Agama : Katolik
Peminatan : Gizi Masyarakat
Alamat Asal : Merauke

Pendidikan :

1. TKK Santa Bernadeta II Kelapa Lima Merauke Tahun 1987.
2. SD Inpres Mangga II Merauke Tahun 1993.
3. SLTP Negeri II Merauke Tahun 1996.
4. SLTA Makarti Merauke Tahun 1999.
5. Akademi Gizi Politeknik Kesehatan Jayapura Tahun 2003 - Sekarang

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : MARIA PANGKRASIA KIRIMUNUN
Tempat Tanggal Lahir : Merauke, 15 September 1980
Agama : Katolik
Peminatan : Gizi Masyarakat
Alamat Asal : Merauke

Pendidikan :

1. TKK Santa Bernadeta II Kelapa Lima Merauke Tahun 1987.
2. SD Inpres Mangga II Merauke Tahun 1993.
3. SLTP Negeri II Merauke Tahun 1996.
4. SLTA Makarti Merauke Tahun 1999.
5. Akademi Gizi Politeknik Kesehatan Jayapura Tahun 2003 - Sekarang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

“Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu”

(Amsal 3 : 6)

Persembahan

Karya Tulis Ilmiah ini Kupersembahkan untuk yang tercinta Bapak J. Amunggun, Mama Y. Yawarin dan saudaraku tercinta Etty Kakerok serta kakak dan adik tersayang.

ABSTRAK

Politeknik Kesehatan Jayapura

Jurusan Gizi

Karya Tulis Ilmiah, 7 November 2003

MARIA P. KIRIMUNUN

“Hubungan Kebiasaan Makan Pagi dan Asupan Gizi dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura”

xi + 35 halaman + 7 tabel + 8 lampiran

Tingkat prestasi belajar anak sekolah merupakan tolok ukur dari kemajuan program pembangunan nasional, untuk memperoleh SDM yang berkualitas. Karena itu program pembelajaran merupakan langkah penting yang perlu dilaksanakan.

Prestasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang menentukan suatu keberhasilan yang diperoleh atau dicapai selama mengikuti proses belajar. Prestasi belajar seseorang dikatakan baik apabila terdapat keseimbangan dan keserasian kecukupan gizinya sehari-hari.

Kekurangan gizi pada anak sekolah menyebabkan terganggunya konsentrasi belajar, daya menyerap pelajaran menurun, sehingga prestasi belajarnya pun menjadi rendah.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kebiasaan makan pagi, asupan gizi dan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura. Metode penelitian ini dilakukan secara deskriptif dengan pendekatan sectional study dengan semua anak SD sampel yang duduk di kelas V – VI. Dari 34 anak SD sampel ditemukan 47,05% prestasi belajar anak baik dan kurang sebesar 52,94%. Sedangkan kebiasaan makan pagi yang baik 44,11% dan kurang 55,88%. Bila dilihat dari asupan gizi, sebagian besar baik yaitu sebesar 70,85% dan kurang hanya 29,41%.

Asupan gizi bila dihubungkan dengan prestasi belajar menunjukkan adanya hubungan yang bermakna berdasarkan hasil uji statistik χ^2 karena H_0 ditolak dengan nilai $\chi^2_n > \chi^2_t$. Demikian pula kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar menunjukkan adanya hubungan yang bermakna karena $\chi^2_n > \chi^2_t$.

Daftar bacaan : 18 (1986 – 2001).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, sebab dengan rahmat dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan tepat.

Karya Tulis Ilmiah ini dimaksudkan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Kesehatan di Bidang Gizi Tahun 2002 di Jayapura.

Dengan tersusunnya Karya Tulis Ilmiah ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Jan Piet Rumaikewi, SKM, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Jayapura beserta stafnya.
2. Ibu Gutit Enny Susanti, SKM, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi yang telah meluangkan waktu untuk membimbing.
3. Bapak Rudy J. Seran, SKM, selaku Pembimbing I yang memberikan saran, masukan dan arahan bagi penulis.
4. Bapak Librecht Maspaitela, M.Kes., selaku Pembimbing II yang telah memberikan saran, masukan dan arahan bagi penulis.
5. Kepala Sekolah SD Negeri Holtekamp dan stafnya atas bantuan dalam pengumpulan data.

6. Saudara Maria Konambip, Rosye Wanda dan Lina Sirloy yang dengan setia memberikan dukungan moril maupun materiil selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan demikian sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk perbaikan.

Jayapura, November 2003

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 7
A. Pengertian Gizi	7
B. Tinjauan Umum tentang Kebiasaan Makan Pagi	8
C. Tinjauan Umum tentang Asupan Gizi	11
D. Tinjauan Umum tentang Prestasi Belajar	12
E. Kerangka Teori	15
F. Kerangka Pikir	16
G. Hipotesis	16
H. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	17
 BAB III METODE PENELITIAN	 19
A. Jenis Penelitian	19
B. Populasi	19
C. Sampel	19
D. Tempat dan Waktu	19
E. Alat Pengumpulan Data	20
F. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data	21
G. Pengolahan Data	21
H. Analisa Data	22
I. Penyajian Data	22

BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	23
	A. Gambaran Umum Lokasi	23
	B. Karakteristik Responden.....	24
	C. Pembahasan	29
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	32
	A. Kesimpulan.....	32
	B. Saran	33

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Kebutuhan Zat Gizi Anak Sekolah Usia 10 – 13 Tahun.....	8
2. Distribusi Jenis Kelamin Berdasarkan Usia Anak	24
3. Distribusi Kebiasaan Makan Pagi Anak SD Sampel di SD Negeri Holtekamp.....	25
4. Distribusi Asupan Gizi Anak SD Sampel di SD Negeri Holtekamp.....	26
5. Distribusi Prestasi Belajar Anak SD Sampel di SD Negeri Holtekamp.....	26
6. Distribusi Antara Prestasi Belajar dengan Kebiasaan Makan Pagi Anak SD Sampel di SD Negeri Holtekamp	27
7. Hubungan Antara Prestasi Belajar dengan Asupan Gizi Anak SD Sampel di SD Negeri Holtekamp	28

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan pembangunan nasional. Hal ini tercermin dalam GBHN 1999 – 2004 yang secara jelas menekankan upaya peningkatan kualitas SDM yang dilakukan secara berkesinambungan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi SDM, faktor kesehatan dan gizi memegang peranan penting, karena orang tidak akan dapat mengembangkan kapasitasnya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal.(Depkes RI,2001).

Untuk memperoleh SDM yang berkualitas, telah dikembangkan visi pembangunan kesehatan yaitu Indonesia Sehat 2010 yang diantaranya mengharapkan peningkatan perilaku yang proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat. Secara khusus di Provinsi Papua juga telah mengembangkan visi pembangunan kesehatan yaitu Papua Sehat 2005 yang diantaranya

menurunnya tingkat kematian khususnya kelompok potensial SDM, ibu dan bayi-balita, menurunnya tingkat kesakitan penyakit dominan, meningkatnya status gizi masyarakat terutama bayi-balita dan ibu serta berkurangnya keluhan negatif masyarakat terhadap citra pelayanan kesehatan. Seluruh upaya di atas memiliki kaitan erat dengan perbaikan gizi masyarakat karena perbaikan gizi dapat diandalkan sebagai tindakan promotif dan preventif yang merupakan jiwa dari visi Papua Sehat 2005 dan visi Indonesia Sehat 2010. (Dinkes Provinsi Papua, 2001).

Upaya peningkatan kualitas manusia, baik fisik maupun non fisik harus dilaksanakan sedini mungkin dan berlangsung terus menerus, salah satunya program peningkatan gizi dan kesehatan anak sekolah.

Anak sekolah merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat. Hal ini menjadi penting karena ; pertama, anak sekolah merupakan generasi penerus tumpuan bangsa sehingga perlu dipersiapkan dengan baik kualitasnya; kedua, anak sekolah sedang mengalami pertumbuhan secara fisik dan mental yang sangat diperlukan guna menunjang kehidupannya di masa datang; Ketiga, guna mendukung keadaan tersebut di atas anak sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar, sehingga memerlukan asupan gizi yang baik; dan keempat, anak sekolah dapat dijadikan perantara dalam penyuluhan gizi pada keluarga dan masyarakat sekitarnya (Depkes RI, 2001).

Generasi muda yang berpotensi adalah harapan penerus cita-cita perjuangan bangsa dan sumber insani bagi pembangunan nasional. Oleh karena itu perlu ditingkatkan upaya pembinaan dan pengembangan anak secara berkesinambungan dalam kerangka pendidikan (Joula Ningsih Paimin, 1997).

Kebiasaan makan pagi atau sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi orang dewasa makan pagi dapat memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat bekerja dan meningkatkan produktivitas kerja. Bagi anak sekolah makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan mudah menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar yaitu gizi baik status keluarga, kebiasaan belajar yang baik, lingkungan, kesehatan, waktu dan minat dari anak tersebut.

Untuk mendapatkan keadaan gizi dan kesehatan anak sekolah perlu diperhatikan dalam kehidupan keluarga sehari-hari yang selalu dihadapkan pada penentuan jenis hidangan menu untuk keluarga. Hidangan atau susunan menu yang disajikan oleh keluarga harus ditentukan kuantitasnya. (Darwin Karjadi dan Muhilal, 1992). Berdasarkan hal tersebut di atas maka anak sekolah perlu diperhatikan makananya sejak bangun dan akan berangkat ke sekolah, misalnya nasi goreng + telur dadar, ubi rebus + ikan goreng dan papeda + ikan kuah.

Selain itu rendahnya prestasi belajar anak juga sangat dipengaruhi oleh asupan gizi seseorang, karena apabila keadaan gizinya tidak baik atau kurang maka akan mempengaruhi konsentrasi belajar dan berakibat buruk pada prestasi belajarnya (Suhardjo, 1996).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melihat sejauh mana hubungan kebiasaan makan pagi dan asupan gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura Propinsi Papua Tahun 2003.

B. Rumusan Masalah

Prestasi belajar banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor internal atau dari dalam diri anak sendiri yang meliputi kemampuan yang dimiliki, motivasi dalam belajar, minat dan perhatian, ketekunan, sosial ekonomi. Sedangkan faktor eksternal atau yang datang dari luar diri anak yaitu faktor lingkungan fisik maupun sosial budaya. Selain itu prestasi belajar di sekolah juga dipengaruhi oleh kebiasaan makan pagi dan asupan gizi seseorang.

Di dalam penelitian ini yang menjadi batasan penelitian yaitu :

1. Apakah ada hubungan kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar.
2. Apakah ada hubungan asupan gizi dengan prestasi belajar.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan pagi dan asupan gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura Propinsi Papua Tahun 2003.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kebiasaan makan pagi anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.
- b. Untuk mengetahui asupan gizi anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.
- c. Untuk mengetahui prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.
- d. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.
- e. Untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti merupakan suatu pengalaman dan untuk menambah pengetahuan pada ilmu yang telah didapatkan di bangku kuliah.
2. Bagi pembaca supaya dapat mengetahui pentingnya kebiasaan makan pagi yang baik dan asupan gizi yang cukup untuk mencapai prestasi belajar yang bagus.
3. Dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengambil langkah, kebijaksanaan usaha perbaikan gizi anak Sekolah Dasar di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Gizi

Gizi adalah semua unsur atau zat yang terdapat dalam makanan atau semua zat yang terdapat dalam pangan yang berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan serta peningkatan kesehatan seseorang. (Sjahmien Moehyi, 1993).

Setiap bahan makanan mempunyai susunan kimia yang berbeda-beda dan mengandung zat gizi yang bervariasi pula baik jenis maupun jumlahnya. Baik secara sadar maupun tidak sadar manusia mengonsumsi makanan untuk kelangsungan hidupnya. Dengan demikian jelas bahwa tubuh manusia memerlukan zat gizi atau makanan untuk memperoleh energi guna melakukan kegiatan fisik sehari-hari, untuk memelihara proses tubuh dan untuk tumbuh dan berkembang khususnya bagi yang masih dalam pertumbuhan.

Berbagai zat gizi yang diperlukan tubuh tersebut dapat digolongkan ke dalam lima macam, yaitu :

1. Karbohidrat atau hidrat arang.
2. Protein
3. Lemak

4. Vitamin

5. Mineral

TABEL 1.
Kebutuhan Zat Gizi Yang Dibutuhkan
Anak Sekolah Kelas V Dan VI
(Umur 10 – 12 Tahun)

Golongan Umur	Kebutuhan Zat Gizi					
	KH (gr)	P (gr)	L (gr)	P (mg)	Fe (mg)	Vit C.(mg)
Pria 10 – 12 thn	300	45	33,4	500	14	50
Wanita 10 – 12 thn	285	54	31,7	450	14	50

(Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VI, LIPI, 1998).

Kelima hal tersebut sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan bagi balita anak remaja maupun orang dewasa serta dapat meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat (Sedia Oetama A. Djaeni, 1996).

B. Tinjauan Umum tentang Kebiasaan Makan Pagi

Makanan merupakan kebutuhan manusia yang paling pokok dan yang paling mendasar, yang mau tidak mau harus dipenuhi oleh setiap manusia. Karena dengan ketersediaan makanan di dalam tubuh menjadikan seseorang dapat melaksanakan segala aktivitas sehari-hari dengan lebih produktif (Apriadji WH., 1986).

Makanan yang dimakan pada waktu sarapan pagi merupakan bahan bakar di dalam tubuh yang diperlukan pada hari itu juga, jika bahan bakar

yang diperlukan itu tidak ada atau kosong maka dapat mengurangi efisiensi di dalam melakukan aktivitas (Depkes RI, 1995).

Para Antropologi berpendapat bahwa kebiasaan makanan keluarga dan susunan hidangan merupakan salah satu manifestasi kebudayaan keluarga yang disebut life style (gaya hidup). Gaya hidup ini merupakan hasil interaksi berbagai faktor sosial budaya dan lingkungan hidup, sehingga gaya hidup keluarga merupakan pencerminan dari kehidupan suatu masyarakat. Di samping itu kebiasaan makan pagi dapat memelihara kesehatan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat bekerja serta meningkatkan produktivitas.

Kebiasaan makan seseorang yang tidak baik dapat menyebabkan ketidakseimbangan kebutuhan zat besi dalam tubuh dengan intake, sehingga mengakibatkan timbulnya masalah gizi dan rendahnya tingkat konsentrasi berupa menurunnya kadar gula darah dengan tanda-tanda lemah, keluar keringat dingin, kesadaran menurun bahkan pingsan. Bagi anak sekolah kondisi ini menyebabkan merosotnya konsentrasi belajar yang mengakibatkan menurunnya prestasi belajar.

Menurut pesan dasar gizi seimbang (1995), bahwa makan pagi atau sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang, baik anak sekolah makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan siswa menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Makan

pagi sangat penting terutama bagi anak sekolah, namun terkadang seseorang tidak mau atau bagi anak sangat sulit, karena makan pagi sebagai suatu kegiatan yang dirasakan menjengkelkan dan perlu diubah menjadi suatu kebiasaan yang disukainya (Depkes RI, 1995).

Kelompok anak sekolah pada umumnya mempunyai kondisi gizi yang lebih baik dari pada kelompok balita. Meskipun demikian masih terdapat beberapa masalah gizi, misalnya berat badan yang kurang, anemia dan defisiensi vitamin C. Anak usia sekolah biasanya memiliki aktivitas bermain yang menguras banyak tenaga, seperti berkejar-kejaran, petak umpet, bermain lompatan atau bermain bola. Dengan demikian, terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar, akibatnya tubuh anak menjadi kurus. Untuk mengatasinya kontrollah waktu bermain anak sehingga anak memiliki waktu istirahat yang cukup. Untuk meningkatkan nafsu makan anak dapat pula dengan memberinya obat penambah nafsu makan sesuai dosis yang dianjurkan. (Lisdiana, 1997).

Kurangnya nafsu makan dapat pula disebabkan oleh banyak jajan. Apabila jajanan yang dipilih anak ternyata kurang mengandung akan menimbulkan dampak yang merugikan kesehatan. Oleh karena itu, alangkah baiknya apabila mereka dibawakan bekal ketika sekolah sehingga makananya terjaga. Anak perlu pula dididik agar dapat memilih jajanan

yang berkualitas. Makanan pagi (sarapan) perlu pula diperhatikan agar anak lebih mudah menerima pelajaran (Lisdiana, 1997).

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengubah citra tersebut adalah sebagai berikut :

- Anak-anak perlu dibiasakan bangun lebih pagi, agar tersedia waktu yang cukup untuk makan pagi.
- Para orang tua hendaknya memberi contoh yang baik yaitu membiasakan makan pagi.
- Pada saat makan pagi, sebaiknya anak ditemani salah seorang anggota keluarga (Apriadi WH, 1986).

Anak-anak usia sekolah dan dewasa yang biasa makan pagi berkualitas baik ternyata mempunyai penampilan fisik dan mental yang baik dan lebih produktif sepanjang hari. Mereka juga mempunyai kecepatan reaksi yang lebih baik dan lebih sedikit mengalami kelelahan pada otot-ototnya bila dibandingkan dengan mereka yang tidak biasa makan pagi (Depkes RI, 1995).

C. Tinjauan Umum Tentang Asupan Gizi

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya kurang gizi adalah penyerapan dalam tubuh. Intake zat gizi yang masuk melalui makanan yang dikonsumsi dapat digunakan secara baik dalam tubuh kita

terlebih dahulu setelah melalui penyerapan oleh membrane usus halus bagian atas. Penyerapan ini akan mempengaruhi besar zat gizi yang dapat digunakan oleh tubuh secara optimal. (Darwin Karjadi dan Muhilal, 1992).

Ada 2 aspek yang perlu diperhatikan dalam pemberian makanan atau asupan zat gizi pada anak usia sekolah :

1. Apakah makanan tadi memenuhi kebutuhan akan zat gizi untuk kesehatan dan pertumbuhan anak.
2. Apakah anak cukup mendapat makanan.

Jumlah asupan zat gizi yang diberikan pada anak sekolah harus memenuhi kebutuhan anak tersebut. Artinya mutu dan jumlah makanan yang diberikan perlu disesuaikan dengan usia anak. Mengapa ? Karena pada anak usia sekolah ada kaitannya dengan perkembangan kepintaran anak. Semakin berkembang kepintaran anak, semakin bertambah pula jumlah dan mutu makanan yang harus dikonsumsi (Lisdiana, 1997).

D. Tinjauan Umum Tentang Prestasi Belajar

Menurut ENI, 1988 belajar merupakan salah satu kebutuhan hidup manusia pada saat ini dirasakan sangat penting keberadaannya, karena belajar merupakan suatu proses perubahan perilaku dan pribadi seseorang secara keseluruhan. Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara

menyeluruh sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, ketrampilan dan sikap.

Prestasi merupakan suatu keberhasilan yang diperoleh atau dicapai selama mengikuti proses belajar. Prestasi belajar adalah suatu keberhasilan yang diperoleh melalui beberapa perubahan pengetahuan, bagi seorang murid prestasi belajar merupakan hasil belajar yang diperoleh seorang murid dalam bidang studi tertentu dengan menggunakan test standar sebagai alat ukur keberhasilannya dalam proses belajar (Language Testing, 1996).

Salah satu cara untuk mengetahui tingkat keberhasilan dalam belajar seorang siswa adalah test sumatif. Test sumatif adalah hasil belajar yang dilaksanakan setelah sekumpulan program pengajaran diberikan, yang bertujuan untuk menentukan nilai yang melambangkan keberhasilan peserta didik setelah mereka menempuh proses pembelajaran dalam jangka waktu tertentu secara menyeluruh dan terpercaya (Language Testing, 1996).

Prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri murid itu sendiri dan faktor dari luar dirinya. Faktor yang datang dari dalam diri murid meliputi kemampuan yang dimiliki, motivasi dalam belajar, minat dan perhatian, kebiasaan belajar, ketekunan dan faktor fisik dan psikis dari

murid yang bersangkutan. Sedangkan faktor yang datang dari luar diri murid yaitu faktor lingkungan, baik lingkungan fisik maupun sosial budaya. Faktor lingkungan yang berperan dalam menentukan hasil belajar yang dicapai oleh seorang anak adalah kualitas pengajaran di sekolah, yang di dalam hal ini adalah lingkungan sosial.

Menurut Arifudin, 1994 dalam Bansi bahwa prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh faktor jasmaniah, faktor kematangan fisik dan psikis, serta faktor psikologis. Faktor jasmaniah meliputi kesehatan jasmaniah, yaitu kondisi fisik dan psikis yang sehat, dimana sangat berpengaruh positif terhadap kegiatan belajar anak, sebaliknya kesehatan yang sering terganggu akan mengganggu proses belajar. Faktor kematangan fisik dan psikis merupakan saat timbulnya penyempurnaan fungsi fisik dan psikis sehingga menyebabkan perubahan-perubahan dalam pola berpikir dan bertindak laku.

Sedangkan faktor psikologis yang dimaksud adalah yang berhubungan dengan perasaan dan intelegensi. Dalam kegiatan belajar faktor intelegensi sangat berpengaruh terhadap tingkat rendahnya prestasi belajar yang dicapai oleh anak di sekolah.

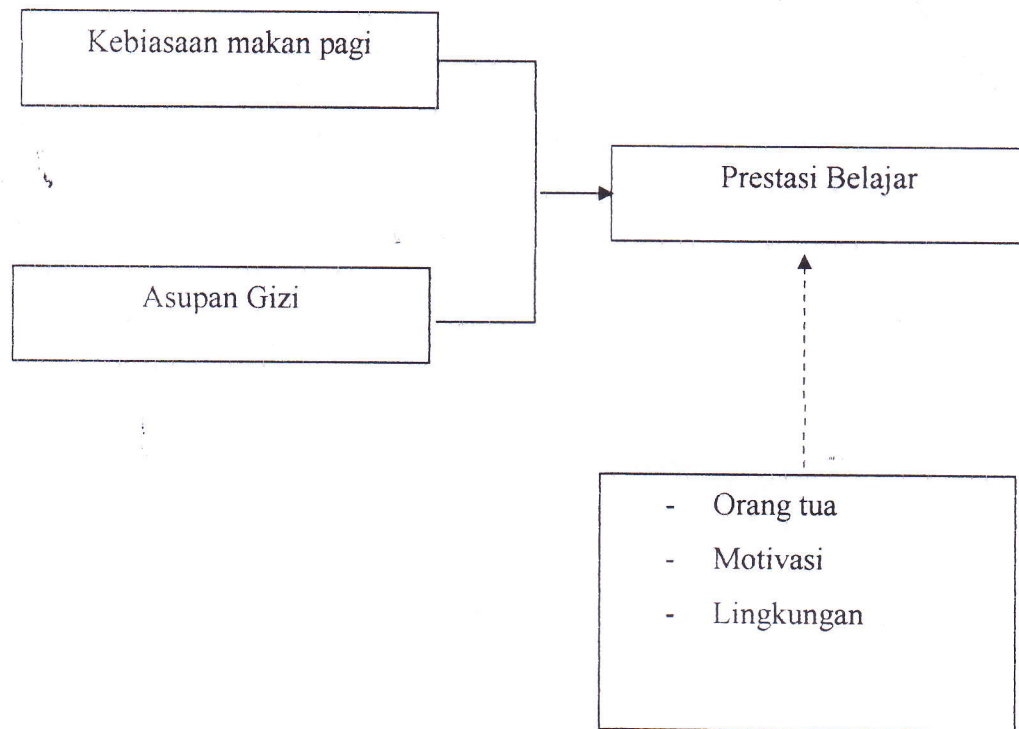
E. Kerangka Teori

Makan pagi atau sarapan sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi orang dewasa, makan pagi dapat memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan saat bekerja dan meningkatkan produktivitas kerjanya. Bagi anak sekolah, maka pagi dapat memudahkan konsentrasi belajar dan menyerap pelajaran. Selain itu jumlah asupan zat gizi yang dikonsumsi oleh tubuh yang sesuai dengan kebutuhannya juga sangat mempengaruhi, sehingga prestasi belajarnya pun menjadi lebih baik (Lisdiana, 1997).

Bagi anak sekolah yang tidak berbiasa sarapan atau makan pagi dengan jumlah asupan zat gizi yang cukup maka anak akan terlihat tidak bersemangat, kurang menyerap pelajaran yang diberikan dan konsentrasi belajar menurun (Lisdiana, 1997).

Jika hal ini terjadi maka hasil yang diharapkan adalah prestasi belajar menurun dengan nilai yang tidak memuaskan.

F. Kerangka Pikir



Keterangan :

- Variabel yang diteliti
- Variabel yang tidak diteliti

G. Hipotesis

1. Hipotesis Nol (H_0)

- Tidak ada hubungan kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar.
- Tidak ada hubungan asupan gizi dengan prestasi belajar.

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

- Ada hubungan kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar.
- Ada hubungan asupan gizi dengan prestasi belajar.

H. Definisi Operasional dan Kriteria Obyektif

1. Kebiasaan Makan Pagi

Definisi Operasional

Kebiasaan makan pagi dalam penelitian ini adalah frekuensi makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh anak sekolah dasar waktu pagi di rumah sebelum ke sekolah.

Kriteria Objektif

Baik : Bila frekuensi makan pagi perminggu sebanyak empat kali atau lebih.

Kurang : Bila frekuensi makan pagi perminggu sebanyak tiga kali atau kurang.

2. Asupan Gizi

Definisi Operasional

Asupan gizi adalah banyaknya intake energi dan protein yang dikonsumsi yang diperoleh dari hasil recall waktu pagi selama 1 minggu dibandingkan dengan kecukupan gizi yang dianjurkan menurut rata-rata konsumsi orang Indonesia.

Kriteria Objektif

Baik : Bila asupan energi dan protein $\geq 80\%$

Kurang : Bila salah satu asupan energi dan protein $< 80\%$

3. Prestasi Belajar

Definisi Operasional

Yang dimaksud prestasi belajar dalam penelitian ini adalah hasil belajar yang dicapai oleh seorang murid sekolah dasar dengan melihat nilai sumatif pada mata pelajaran Matematika, IPA dan IPS.

Kriteria Objektif

Baik : Bila nilai mata pelajaran Matematika, IPA dan IPS lebih
 ≥ 6 .

Kurang : Bila nilai mata pelajaran Matematika, IPA dan IPS < 6 .

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan Cross Sectional Study.

B. Populasi

Semua murid Sekolah Dasar Negeri Holtekamp yang duduk di Kelas V dan Kelas VI.

C. Sampel

Semua murid Sekolah Dasar Negeri Holtekamp yang duduk di kelas V dan VI (total populasi)

D. Tempat dan Waktu

Penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September 2003.

E. Alat Pengumpulan Data

Alat yang dipakai pada saat pengumpulan data berupa :

- Kuesioner
- DKBM

F. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

a. Prestasi Belajar

Data prestasi belajar dikumpulkan melalui hasil belajar yang dicapai oleh seorang murid dengan melihat nilai ulangan harian mata pelajaran Matematika, IPA dan IPS.

b. Kebiasaan Makan Pagi

Data kebiasaan makan pagi dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan sampel dengan menggunakan kuesioner.

c. Asupan Gizi

Data asupan gizi diperoleh dengan cara recall konsumsi atau menanyakan kembali kepada sampel tentang apa yang dimakan selama 1 minggu.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari sekolah berupa gambaran umum lokasi atau sekolah dasar Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura.

G. Pengolahan Data

a. Kebiasaan Makan Pagi

Diolah berdasarkan frekuensi makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh anak sekolah dasar pada waktu pagi di rumah sebelum ke sekolah.

b. Asupan Gizi

Diolah berdasarkan hasil recall waktu pagi selama 1 minggu kemudian dirata-ratakan dan dihitung konsumsi energi dan protein, dibandingkan dengan kecukupan gizi yang dianjurkan menurut rata-rata konsumsi orang Indonesia.

c. Prestasi Belajar

Diolah berdasarkan hasil belajar yang dicapai oleh seorang murid dengan melihat nilai sumatif pada mata pelajaran Matematika, IPA dan IPS kemudian dikelompokkan dalam kriteria objektif.

H. Analisa Data

Analisa data dilakukan dengan menghitung Chi Square Test (X^2) dengan rumus :

$$X^2 = \frac{\Sigma(O - E)^2}{E}$$

Keterangan : X^2 = Nilai

O = Observasi

E = Nilai yang diharap

Σ = Jumlah

I. Penyajian Data

Data yang disajikan dibuat dalam bentuk tabel dan narasi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi

1. Letak Geografis

Sekolah Dasar Negeri Holtekamp merupakan salah satu tempat menuntut ilmu yang terletak di wilayah Distrik Muara Tami Kabupaten Jayapura Propinsi Papua yang secara geografis mempunyai batasan-batasan sebagai berikut :

- Sebelah timur berbatasan dengan Pantai Holtekamp.
- Sebelah barat berbatasan dengan Desa Koya Koso
- Sebelah utara berbatasan dengan Desa Nafri
- Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Koya Barat

2. Keadaan Sekolah

Berdasarkan data yang didapat dari Sekolah Dasar Negeri Holtekamp tahun 2003, jumlah guru Sekolah Dasar Negeri Holtekamp sebanyak 10 orang yang terdiri atas guru laki-laki sebanyak 6 orang dan guru perempuan sebanyak 4 orang dan jumlah murid Sekolah Dasar Negeri Holtekamp sebanyak 109 orang yang terdiri atas murid laki-laki sebanyak 55 orang dan murid perempuan sebanyak 54 orang.

3. Sarana Inventaris (Perabot Sekolah)

Sarana inventaris yang terdapat di Sekolah Dasar Negeri Holtekamp yaitu 3 (tiga) buah meja guru, 3 (tiga) buah kursi guru, 110 (seratus sepuluh) buah meja murid, 110 (seratus sepuluh) kursi murid, 6 (enam) buah lemari, 6 (enam) buah papan tulis, 1 (satu) buah timbangan, 2 (dua) buah papan flannel dan 5 (lima) buah globes.

B. Karakteristik Responden

1. Ratio Sex Responden

Jumlah murid Sekolah Dasar Negeri Holtekamp sebanyak 109 orang dan terbagi menjadi 6 kelas yaitu kelas I, II, III, IV, V dan VI. Dari sejumlah anak SD tersebut yang terpilih sebagai sampel adalah murid yang duduk di kelas V dan VI dengan jumlah sampel 34 orang yang terdiri dari 58,82% anak laki-laki dan 41,17% anak perempuan.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2.
Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	
	n	%
Laki-laki	20	58,82
Perempuan	14	41,18
Jumlah	34	100

Sumber data yang diolah

Pada tabel 2 dapat dijelaskan bahwa jumlah anak laki-laki sebanyak 58,82% dan 41,18% anak perempuan dari jumlah sampel.

3. Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Pagi

Tabel 3.
Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Pagi
Di SD Negeri Holtekamp Tahun 2003

Kebiasaan Makan Pagi	Jumlah Sampel	
	n	%
Baik	15	44,11
Kurang	19	55,88
Jumlah	34	100

Sumber data yang diolah

Pada tabel 3 dapat dilihat jumlah sampel yang mempunyai kebiasaan makan pagi baik sebesar 44,11% dan yang mempunyai kebiasaan makan pagi jelek sebesar 55,88%

Jika dikaitkan dengan prestasi belajar ada erat hubungannya karena bagi anak sekolah, makan pagi dapat memudahkan konsentrasi belajar, menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajarnya pun baik (Depkes RI, 1995).

4. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Gizi

Tabel 4.
Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Gizi
di SD Negeri Holtekamp Tahun 2003

Asupan Gizi	Jumlah Sampel	
	n	%
Baik	24	70,58
Kurang	10	29,41
Jumlah	34	100

Sumber data yang diolah

Pada tabel 4 dapat diketahui sebanyak 29,41% anak mempunyai asupan gizi kurang bila dibandingkan dengan standar KGA (Kecukupan Gizi yang Dianjurkan).

Hal ini erat hubungannya dengan kebiasaan makan pagi, karena membantu seseorang untuk memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari.

5. Distribusi Responden Berdasarkan Prestasi Belajar

Tabel 5.
Distribusi Responden Berdasarkan Prestasi Belajar Anak
DI SD Negeri Holtekamp Tahun 2003

Prestasi Belajar	Jumlah Sampel	
	n	%
Baik	16	47,05
Kurang	18	52,94
Jumlah	34	100

Sumber data yang diolah

Pada tabel 5 dapat dilihat jumlah anak dengan prestasi belajar baik sebanyak 47,05% dan kurang sebanyak 52,94%.

Hal ini menunjukkan bahwa jumlah prestasi belajar “kurang” melebihi anak yang prestasi belajarnya baik. Kondisi ini erat hubungan dengan identifikasi masalah yang didata yaitu kebiasaan makan pagi, asupan gizi serta kemalasan dari murid tersebut.

6. Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar

Tabel 6.
Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar
Di SD Negeri Holtekamp Tahun 2003

Kebiasaan Makan Pagi	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Baik		Kurang		n	%
	n	%	n	%		
Baik	14	41,17	11	32,35	16	47,05
Kurang	3	8,82	6	17,64	18	52,94
Jumlah	17		17		34	100

Sumber data yang diolah

Dari tabel di atas ternyata diketahui bahwa sebesar 41,17% anak yang berprestasi belajar baik mempunyai kebiasaan makan pagi baik. Sedangkan 17,64% anak mengalami prestasi belajar kurang dengan kebiasaan makan pagi kurang baik.

Hasil uji statistik χ^2 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar karena H_0 ditolak dengan nilai $10,61 > 3,841$ atau $\chi^2_n > \chi^2_t$ (Lampiran 4).

7. Hubungan Antara Asupan Gizi Dengan Prestasi Belajar

Tabel 7.
Hubungan Antara Asupan Gizi dan Prestasi Belajar
DI SD Negeri Holtekamp Tahun 2003

Asupan Gizi	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Baik		Kurang		n	%
	n	%	n	%		
Baik	15	32,35	10	29,42	16	47,05
Kurang	2	5,88	7	20,58	18	52,94
Jumlah	17		17		34	100

Sumber data yang diolah

Dari tabel 7 di atas ternyata diketahui bahwa sebesar 32,25% anak yang berprestasi belajar baik mempunyai asupan gizi baik. Sedangkan 20,58% anak mengalami prestasi belajar kurang dengan asupan gizi kurang baik.

Hasil uji statistik χ^2 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara asupan gizi dengan prestasi belajar karena H_0 ditolak dengan nilai $11 > 3,841$ atau $\chi^2_n > \chi^2_t$ (Lampiran 5).

C. Pembahasan

Prestasi belajar anak SD sampel di SD Negeri Holtekamp ditemukan 47,05% prestasi belajar baik dan ditemukan 52,94% prestasi belajar kurang.

Dari 34 anak SD yang dipilih sebagai sampel penelitian menunjukkan bahwa sebesar 44,11% kebiasaan makan pagi baik. Bila dihubungkan antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar ternyata ditemukan 41,17% anak berprestasi belajar baik mempunyai kebiasaan makan pagi baik dan 17,64% anak mengalami prestasi belajar kurang dengan kebiasaan makan pagi kurang. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar. Karena H_0 ditolak dengan nilai $10,61 > 3,841$ atau $\chi^2_{n} > \chi^2_t$. Maka disimpulkan bahwa setelah dilakukan uji statistik, keduanya ada hubungan yang bermakna pada anak SD sampel SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp pada derajat kemaknaan 95% dengan level significance @ 0,05 dan daerah kritis penolakan 3,841 pada χ^2 tabel. Dengan demikian dapat dikatakan disini bahwa kebiasaan makan pagi dapat mempengaruhi prestasi belajar seseorang dan hal ini dapat dilihat dari faktor-faktor kebiasaan makan pagi yang mempengaruhi prestasi belajar seseorang seperti kemampuan yang dimiliki, motivasi dalam belajar, minat dan

perhatian, kebiasaan belajar, ketekunan, faktor fisik dan psikis, serta pengaruh lingkungan fisik maupun sosial budaya.

Bila dilihat dari asupan gizi ternyata anak dengan asupan gizi kurang lebih kecil yaitu 29,41% dibanding dengan anak dengan asupan gizi baik yang sebanyak 70,58%. Hal ini bisa disebabkan karena makanan yang diberikan belum terpenuhi akan kebutuhan zat gizi. Selain itu nafsu makan anak yang kurang yang disebabkan karena sakit. Jika dihubungkan antara asupan gizi dengan prestasi belajar ternyata didapatkan 32,35% anak mempunyai prestasi belajar baik dengan asupan gizi baik dan 20,58% anak mengalami prestasi belajar kurang dengan asupan gizi kurang. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara asupan gizi dengan prestasi belajar, karena H_0 ditolak dengan nilai $11 > 3,841$ atau $\chi^2_{n} > \chi^2_t$. Maka disimpulkan bahwa setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan koreksi Yates, keduanya mempunyai hubungan yang bermakna pada anak SD sampel di SD Negeri Holtekamp Desa Holtekamp pada derajat kemaknaan 95% dengan level significance @ 0,05 dan daerah kritis penolakan 3,841 pada χ^2 tabel.

Menurut Lisdiana 1997, anak usia sekolah biasanya banyak memiliki aktivitas bermain yang menguras banyak tenaga, seperti berkejar-kejar, petak umpet, bermain lompatan atau bermain bola. Dengan demikian, terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan

energi yang keluar, mengakibatkan timbulnya masalah gizi dan rendahnya tingkat konsentrasi berupa menurunnya kadar gula darah dengan tanda-tanda lemah, keluar keringat dingin, kesadaran menurun bahkan pingsan. Jika dikaitkan antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar ada erat hubungannya karena bagi anak sekolah, makan pagi dapat memudahkan konsentrasi belajar, menyerap pelajaran dengan baik, sehingga prestasi belajarnya pun baik.

Jumlah asupan zat gizi yang diberikan pada anak sekolah harus memenuhi kebutuhan anak tersebut, karena membantu anak untuk memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. Artinya mutu dan jumlah makanan yang diberikan perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak tersebut. Karena pada anak usia sekolah ada erat kaitannya dengan prestasi belajar yang mengarah pada perkembangan kepintaran anak. Semakin berkembang kepintaran anak, semakin bertambah pula jumlah dan mutu makanan yang harus dikonsumsi (Lisdiana, 1997).

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan prestasi belajar dengan melihat nilai sumatif pada mata pelajaran matematika, IPA, IPS ternyata ditemukan 47,05% anak prestasi belajar baik dan 52,94% prestasi belajar anak kurang.
2. Asupan gizi anak SD sampel di SD Negeri Holtekamp ternyata sebagian kecil masih kurang 29,41% dan dijumpai sebagian besar 70,58% anak dengan asupan gizi baik.
3. Kebiasaan makan pagi anak SD sampel yang mempunyai kebiasaan makan pagi baik sebesar 44,11% dan kurang sebesar 55,88%.
4. Hasil uji statistik χ^2 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar karena H_0 ditolak dengan nilai $10,61 > 3,841$ atau $\chi^2_{n} > \chi^2_t$ (tabel lampiran 4).
5. Hasil uji statistik χ^2 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara asupan gizi dengan prestasi belajar karena H_0 ditolak dengan nilai $11 > 3,841$ atau $\chi^2_{n} > \chi^2_t$ (Tabel lampiran 5).

B. Saran

1. Bagi adik-adik murid disarankan agar dalam pemilihan makanan di rumah harus bervariasi makanannya agar adik-adik tidak bosan dalam mengonsumsi makanan.
2. Selain pemilihan variasi makanan, porsi makan pada adik-adik perlu ditingkatkan jumlah asupan zat gizinya.
3. Bagi guru-guru disarankan agar dalam pendidikan mengenai pengetahuan gizi pada adik-adik perlu diberikan melalui mata pelajaran tertentu di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriadji, WH, *Gizi Keluarga, Swadaya*, Jakarta, 1986.
- Darwin Karjadi dan Muhilal, *Kecukupan Gizi yang Dianjurkan*, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 1992.
- Departemen Kesehatan RI, *Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*, Jakarta, 1995.
- Departemen Kesehatan RI, *Pedoman Penyuluhan Gizi pada Anak Sekolah bagi Petugas Puskesmas*, Jakarta, 2001.
- Departemen Kesehatan Provinsi Papua, *Rencana Strategis Pembangunan Kesehatan Provinsi Papua 2001- 2005*.
- Hutapea, *Menuju Gaya Hidup Sehat*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 1993.
- Jurusan Gizi dan Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga Fakultas Pertanian Bogor, *Media Gizi dan Keluarga*, Bogor, 1995.
- Joula Ningsih Paimin, *Agar Anak Pintar*, Jakarta, 1997.
- Khumaidi, *Gizi Masyarakat*, Gunung Mulia, Jakarta, 1994.
- Koentjaraningrat, *Metodologi Penelitian Masyarakat*, Cetakan II, Jakarta, 1997.
- Language Testing, 1996.
- Lisdiana, *Waspada Terhadap Kelebihan dan Kekurangan Gizi*, Jakarta, 1997.
- La Bansi, *Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Prestasi Belajar Siswa Kelas V di SD Negeri Rampal Calekat III*, Kotamadya Malang, Pendidikan Ahli Madya Gizi, Malang, 1994.
- Sjahmien Moehyi, *Ilmu Gizi*, Palembang, Bhatara, Jakarta, 1993.
- Sedia Oetama A., DJaeni, *Ilmu Gizi dan Profesi*, Jilid I, Dian Rakyat, Jakarta, 1996.

Suhardjo, *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*, Jakarta, 1996.

Suhardjo, *Prinsip-prinsip Ilmu Gizi*, Kanisius, Yogyakarta, 1992.

Winarno FG, *Gizi dan Makanan bagi Bayi dan Anak Sapihan*, Sinar harapan, Jakarta, 1990.

QUESTIONER

I. Identitas Sampel

1. Nama :
2. Tempat Tanggal Lahir :
3. Umur :
4. Jenis Kelamin :

II. Kebiasaan Makan Pagi

5. Apakah adik biasa makan pagi ?

Jawab :

- a. Ya
- b. Tidak

1. Jika ya, apa saja yang dimakan ?

No.	Bahan Makanan	Frekuensi			
		Tiap hari	4 x seminggu	3 x seminggu	2 x seminggu
1.	Keladi rebus + ikan goreng				
2.	Ubi rebus + ikan kuah				
3.	Pisang rebus + ikan asar				
4.	Papeda + ikan kuah				
5.	Nasi + sayur				
6.	Nasi + telur dadar				
7.	Teh manis				
8.	Susu				

9.	Biskuit				
10.	Ubi goreng				
11.	Pisang goreng				

2. Jika tidak, apa alasan adik ?

Jawab :

- a. Takut terlambat tiba di sekolah.
- b. Sudah kebiasaan
- c. Tidak tersedia
- d. Lain-lain, sebutkan.....

III. Asupan Gizi

Konsumsi Recall

Nama :

Hari ke :

Waktu makan	Menu Masakan	Jenis Bahan Makanan	Banyak yang dikonsumsi	
			URT	Berat (Gram)
Pagi (07.00)				
Snack (09.00)				
Siang (13.00)				
Snack (16.00)				
Malam (19.00)				

Keterangan :

URT : Ukuran Rumah Tangga

IV. Prestasi Belajar

DAFTAR HASIL TEST

No.	Nama	Jenis Kelamin	Kelas	Hasil Test Sebelum Penelitian			Hasil Test Sesudah Penelitian		
				IPA	IPS	MTK	IPA	IPS	MTK
1.	Abdul Latif	L	V	5	5	6	5	5	6
2.	Anselina Ansanai	P	V	6	6	6	6	7	6
3.	Dominggus Akwan	P	V	6	6	6	6	6	7
4.	Endang	P	V	7	6	7	7	7	7
5.	Felix Merauje	L	V	6	6	6	6	6	5
6.	Hajarah	P	V	5	5	6	5	5	6
7.	Holdikus Marwa	L	V	6	6	6	6	6	6
8.	Lenoerce Koromari	P	V	7	6	7	7	7	7
9.	Lukas Marya	L	V	5	5	6	5	6	6
10.	Levinus Rumbaisiri	L	V	6	5	6	6	6	6
11.	Nataniel Moor	L	V	6	5	5	6	5	5
12.	Rita Tomke	P	V	5	6	5	5	6	6
13.	Septinus Kemo	L	V	6	6	6	6	6	6
14.	Soraya Uba	P	V	5	6	6	5	6	6
15.	Yermias Yodin	L	V	5	6	6	5	6	6
16.	Yohanes Yodin	L	V	7	6	6	7	6	7
17.	Asbudi	L	VI	6	5	7	6	6	7
18.	Dance Horr	L	VI	5	6	6	5	6	6
19.	Elsi Uduas	P	VI	6	6	6	6	6	6
20.	Elisabet Kemo	P	VI	6	6	6	6	6	6
21.	Frengky Yangkesman	L	VI	6	5	6	6	6	6
22.	Filep Demena	L	VI	6	5	6	6	6	6
23.	Indah Merauje	P	VI	6	6	7	6	7	7

24.	Lamek Wonatorei	L	VI	6	5	5	6	6	5
25.	Mikael Wanggai	L	VI	6	6	7	6	7	7
26.	Moh. Akbar	L	VI	7	6	7	7	7	7
27.	Moh. Nurcholis	L	VI	7	6	7	7	7	7
28.	Novita Bebe	P	VI	6	6	6	6	6	6
29.	Rahman Manarfa	L	VI	5	5	6	5	5	6
30.	Sestina Masoka	P	VI	5	5	6	5	5	6
31.	Serlina Saba	P	VI	6	6	6	6	6	6
32.	Yosepina Tomke	P	VI	6	5	6	6	6	6
33.	Yohanes Molang	L	VI	5	5	5	5	6	5
34.	Yane Ayomi	P	VI	5	5	6	5	6	6

TABEL PRESTASI BELAJAR ANAK
KELAS V – VI DI SD NEGERI HOLTEKAMP
TAHUN 2001/2002

No.	Nama	Jenis Kelamin	Kelas	Hasil Test Sebelum Penelitian		
				IPA	IPS	MTK
1.	Abdul Latif	L	V	5	5	5
2.	Anselina Ansanai	P	V	6	6	5
3.	Dominggus Akwan	P	V	6	6	6
4.	Endang	P	V	7	6	7
5.	Felix Merauje	L	V	6	6	5
6.	Hajarah	P	V	5	5	5
7.	Holdikus Marwa	L	V	6	6	6
8.	Lenoerce Koromari	P	V	7	6	7
9.	Lukas Marya	L	V	5	5	5
10.	Levinus Rumbaisiri	L	V	6	5	5
11.	Nataniel Moor	L	V	6	5	5
12.	Rita Tomke	P	V	5	6	5
13.	Septinus Kemo	L	V	6	6	6
14.	Soraya Uba	P	V	5	6	5
15.	Yermias Yodin	L	V	5	6	5
16.	Yohanes Yodin	L	V	7	6	6
17.	Asbudi	L	VI	6	5	5
18.	Dance Horr	L	VI	5	6	5
19.	Elsi Uduas	P	VI	6	6	6
20.	Elisabet Kemo	P	VI	6	6	7
21.	Frengky Yangkesman	L	VI	6	5	6
22.	Filep Demena	L	VI	6	5	6
23.	Indah Merauje	P	VI	6	6	6

24.	Lamek Wonatorei	L	VI	6	5	5
25.	Mikael Wanggai	L	VI	6	6	7
26.	Moh. Akbar	L	VI	7	6	7
27.	Moh. Nurcholis	L	VI	7	6	7
28.	Novita Bebe	P	VI	6	6	6
29.	Rahman Manarfa	L	VI	5	5	6
30.	Sestina Masoka	P	VI	5	5	6
31.	Serlina Saba	P	VI	6	6	6
32.	Yosepina Tomke	P	VI	6	5	6
33.	Yohanes Molang	L	VI	5	5	5
34.	Yane Ayomi	P	VI	5	5	6

Uji Statistik

Hubungan Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar

O	E	O - E	$\frac{[(O-E)-1/2]^2}{E}$
14	8	6	3,78
11	8	3	0,78
3	9	-6	4,69
6	9	-3	1,36
			10,61

Keterangan :

$$\chi^2_n = 10,61$$

$$\text{Maka } \chi^2_n > \chi^2_t$$

$$\chi^2_t = 3,841$$

Ho ditolak (ada hubungan)

Perhitungan :

$$\frac{16 \times 17}{34} = 8$$

$$\frac{16 \times 17}{34} = 8$$

$$\frac{18 \times 17}{34} = 9$$

$$\frac{18 \times 17}{34} = 9$$

Uji Statistik

Hubungan Asupan Gizi dengan Prestasi Belajar

O	E	O - E	$\frac{[(O - E) - 1/2]^2}{E}$
15	8	7	3,78
10	8	2	0,28
2	9	-7	6,25
7	9	-2	0,69
			11

Keterangan :

$$\chi^2_n = 11$$

Maka $\chi^2_n > \chi^2_t$

$$\chi^2_t = 3,841$$

Ho ditolak (ada hubungan)

Perhitungan :

$$\frac{16 \times 17}{34} = 8$$

$$\frac{16 \times 17}{34} = 8$$

$$\frac{18 \times 17}{34} = 9$$

$$\frac{18 \times 17}{34} = 9$$

**MASTER TABEL KEBIASAAN MAKAN PAGI
ANAK KELAS V – VI DI SD NEGERI HOLTEKAMP
TAHUN 2003**

Nomor Responden	Umur	Sex	Apakah Adik biasa makan pagi	Jika Ya		Jika Tidak
1	11 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
2	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
3	15 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
4	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
5	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
6	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
7	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
8	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
9	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
10	17 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
11	11 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
12	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
13	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
14	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
15	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
16	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
17	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
18	13 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
19	11 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
20	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d

Tidak takut terlambat ke sekolah

Nomor Responden	Umur	Sex	Apakah Adik biasa makan pagi	Jika Ya		Jika Tidak
21	11 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
22	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
23	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
24	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
25	15 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
26	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
27	15 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
28	15 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
29	13 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
30	12 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d
31	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
32	12 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
33	11 thn	P	a b	Baik	Kurang	a b c d
34	11 thn	L	a b	Baik	Kurang	a b c d

Malas makan

**MASTER TABEL KEBIASAAN MAKAN PAGI
ANAK KELAS V – VI DI SD NEGERI HOLTEKAMP
TAHUN 2003**

Nomor Responden	Umur (Tahun)	Jenis Kelamin	Kelas	Energi				Protein				Prestasi Belajar			Ket
				Asupan/ Kal	Kebutuhan	%	Ket.	Asupan/ Gr	Keb.	%	Ket.	IPA	IPS	MTK	
1. AK	11 thn	L	VI	1801,9	1950	92,40	Baik	45,35	46	98,11	Baik	6	5	7	Kurang
2. EK	12 thn	P	VI	1284,95	1750	73,42	Kurang	35,91	49	73,28	Kurang	6	6	6	Baik
3. FY	15 thn	L	VI	1779,6	1950	91,62	Baik	38,47	46	83,63	Baik	6	5	6	Kurang
4. MN	12 thn	L	VI	1858,4	1950	95,30	Baik	461,05	46	100	Baik	7	6	7	Baik
5. IDM	11 thn	P	VI	1587,75	1750	90,72	Baik	40,82	49	83,30	Baik	6	6	7	Baik
6. RM	12 thn	L	VI	1707,5	1950	87,56	Baik	39,62	46	86,13	Baik	5	5	6	Kurang
7. SM	11 thn	P	VI	1635,26	1750	93,44	Baik	40,55	49	82,75	Baik	5	5	6	Kurang
8. YT	12 thn	P	VI	1632,1	1750	93,26	Baik	43,08	49	87,91	Baik	6	5	6	Kurang
9. YM	12 thn	L	VI	1856	1950	95,17	Baik	38,92	46	84,66	Baik	5	5	5	Kurang
10. SS	17 thn	P	VI	1548,5	1750	82,74	Baik	41,82	49	85,30	Baik	6	6	6	Baik
11. AL	11 thn	L	V	1032,8	1950	52,96	Kurang	26,92	46	58,52	Kurang	5	5	6	Kurang
12. AA	11 thn	P	V	1635	1750	93,42	Baik	41,32	49	84,32	Baik	6	6	6	Baik
13. DA	12 thn	L	V	1833,3	1950	94	Baik	48,02	46	104,39	Baik	6	6	6	Baik
14. E	11 thn	P	V	1474,5	1750	84,25	Baik	39,52	49	80,63	Baik	7	6	7	Baik
15. H	11 thn	P	V	161,06	1750	43,48	Kurang	19,53	49	39,86	Kurang	5	5	6	Kurang
16. HM	12 thn	L	V	1734,53	1950	88,95	Baik	39,92	46	86,73	Baik	6	6	6	Baik
17. LK	11 thn	P	V	1797,9	1750	10,27	Baik	42,25	49	86,22	Baik	7	6	7	Baik
18. LM	13 thn	L	V	803,7	1950	45,33	Kurang	21,81	46	47,41	Kurang	5	5	6	Kurang
19. LR	11 thn	L	V	1557,6	1950	79,73	Kurang	31,77	46	69,06	Kurang	6	5	6	Kurang
20. NM	12 thn	L	V	1794,65	1950	92,03	Baik	39,27	46	85,36	Baik	6	5	5	Kurang

Nomor Responden	Umur (Tahun)	Jenis Kelamin	Kelas	Energi				Protein				Prestasi Belajar			Ket
				Asupan/ Kal	Kebutuhan	%	Ket.	Asupan/ Gr	Keb.	%	Ket.	IPA	IPS	MTK	
21. SK	11 thn	L	V	1084,95	1950	55,63	Kurang	35,91	46	78,06	Kurang	6	6	6	Baik
22. SU	12 thn	P	V	740,60	1750	42,32	Kurang	22,97	49	46,87	Kurang	5	6	6	Kurang
23. YY	12 thn	L	V	1734,53	1950	88,95	Baik	39,91	46	86,76	Baik	5	6	6	Kurang
24. YY	12 thn	L	V	1717,63	1950	88	Baik	43,67	46	94,93	Baik	7	6	6	Baik
25. DH	15 thn	L	V	1699,7	1950	87,16	Baik	48,42	46	105,2	Baik	5	6	6	Kurang
26. EY	12 thn	P	VI	969,92	1950	55,42	Kurang	28,60	49	58,36	Kurang	6	6	6	Baik
27. FD	15 thn	L	VI	1653,33	1750	84,78	Baik	47,18	46	102	Baik	6	5	6	Kurang
28. LW	15 thn	L	VI	1746,2	1950	89,54	Baik	46,74	46	101	Baik	6	5	5	Kurang
29. MW	13 thn	L	VI	1943,13	1950	99,64	Baik	43,06	46	93,47	Baik	6	6	7	Baik
30. MA	12 thn	L	VI	1894,28	1950	97,14	Baik	39,43	46	85,71	Baik	7	6	7	Baik
31. NB	12 thn	P	VI	1664,23	1750	95,09	Baik	41,30	49	84,28	Baik	6	6	6	Baik
32. YA	12 thn	P	VI	887,49	1750	50,73	Kurang	27,76	49	56,65	Kurang	5	5	6	Kurang
33. RT	11 thn	P	V	623,43	1750	35,62	Kurang	48,51	49	99	Baik	5	6	5	Kurang
34. FM	11 thn	L	V	1817,63	1950	93,22	Baik	43,67	46	94,97	Baik	6	6	6	Baik



DEPARTEMEN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA

Jl. Padang Bulan II Abepura – Jayapura Telp. (0967) 584280, 588461

Jayapura, 30 September 2003

Nomor : DL.02.02.6.U.701
Lamp :
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth,

Kepala Sekolah Dasar Negeri
Holtekamp

di-
Jayapura

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan akhir di Politeknik Kesehatan Jayapura, mahasiswa / i semester VI (enam) diwajibkan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI) melalui proses kegiatan penelitian lapangan / laboratorium.

Sehubungan dengan maksud tersebut, kami mohon bantuan Bapak / Ibu kiranya dapat memberi izin penelitian pada mahasiswa :

Nama : Maria Pangkrasia Kirimunun

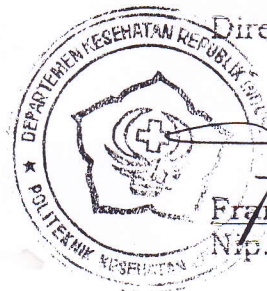
N I M : 200 200 933

Dengan Judul Penelitian : Hubungan Kebiasaan makan pagi dan asupan gizi dengan Prestasi belajar Anak Sekolah Dasar Negeri Holtekamp Desa Holtekamp Distrik Muara Tami Kota Jayapura Propinsi Papua Tahun 2003.

Tempat Penelitian : SD Negeri Holtekamp

Lama Penelitian : ± 2 minggu

Demikian permohonan kami , atas perhatian dan bantuannya diucapkan banyak terimakasih .



Direktur Poltekkes (Pgs)

Frans Manangsang.SKM

Nip. 140 238 873

Tembusan :

1. Kepala Dinas Pendidikan Dan Pengajaran Jayapura
2. Kepala Sekolah Dasar Negeri Holtekamp Jayapura
3. Peringgal