

**HUBUNGAN AKTIVITAS SARAPAN DENGAN  
KAPASITAS *SHORT-TERM MEMORY* PADA  
SISWA SMA NEGERI 2 PADANG**



**Skripsi  
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
Pemenuhan Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh :**

**RAFI ANEFLIN ADHA  
NIM : 2110313019**

**Dosen Pembimbing :  
dr. Ulya Uti Fasrini, M.Biomed  
Dr. dr. Afdal, Sp.A, M.Biomed**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG  
2025**

## **ABSTRAK**

### ***RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST ACTIVITY AND SHORT-TERM MEMORY CAPACITY IN ADOLESCENTS : A CROSS SECTIONAL STUDY AT SMA NEGERI 2 PADANG***

***By***

***Rafi Aneflin Adha, Ulya Utı Fasrini, Afdal, Nur Indrawaty Lipoeto, Hendra Permana, Roza Silvia***

*Short-term memory (STM) capacity is an important component of cognitive ability that plays a role in a person's memory system. Nutritional deficiencies, especially glucose due to skipping breakfast, can have an impact on reducing STM capacity. This condition is a concern considering the cognitive abilities of Indonesian adolescents are still low compared to other developed countries. This study aimed to determine the relationship between breakfast activity and STM capacity in SMA Negeri 2 Padang students.*

*This study used an observational analytic method with a cross sectional approach using primary data from 86 respondents. Data collection using questionnaires to determine breakfast activity and digit span test (forward and backward) to determine STM. The data obtained were then analyzed using the chi-square test to statistically examine the relationship between breakfast activity and short-term memory capacity.*

*The results of this study found that 27.9% of students did not have breakfast and there was an impaired short-term memory capacity of 24.4% on the forward subtest and 57% on the backward subtest. The statistical test between breakfast activity and short-term memory capacity showed  $p=0.524$  in the forward subtest and  $p=0.259$  in the backward subtest, this value is more than 0.05 in both STM tests. However, students who did not eat breakfast tended to show impaired STM capacity.*

*The conclusion of this study is that there is no significant relationship between breakfast activity and short-term memory capacity in SMA Negeri 2 Padang students.*

***Keywords:*** digit span test, memory, nutrition, student, working memory .

## ABSTRAK

### HUBUNGAN AKTIVITAS SARAPAN DENGAN KAPASITAS *SHORT-TERM MEMORY* PADA SISWA SMA NEGERI 2 PADANG

Oleh

**Rafi Aneflin Adha, Ulya Utı Fasrini, Afdal, Nur Indrawaty Lipoeto, Hendra  
Permana, Roza Silvia**

Kapasitas *short-term memory* (STM) merupakan komponen penting dari kemampuan kognitif yang berperan dalam sistem memori seseorang. Defisiensi nutrisi terutama glukosa akibat melewati sarapan dapat berdampak pada penurunan kapasitas STM. Kondisi ini menjadi perhatian mengingat kemampuan kognitif remaja Indonesia masih tergolong rendah dibandingkan dengan negara berkembang lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas sarapan dengan kapasitas STM pada siswa SMA Negeri 2 Padang.

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yang menggunakan data primer dari 86 responden. pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk menentukan aktivitas sarapan dan *digit span test* (*forward* dan *backward*) untuk menentukan STM. Data yang didapatkan kemudian dianalisis menggunakan uji *chi-square* untuk meneliti hubungan antara aktivitas sarapan dengan kapasitas *short-term memory* secara statistik.

Hasil penelitian ini menunjukkan 1 dari 3 siswa (27,9%) tidak sarapan dan sebagian siswa mempunyai kapasitas STM terganggu pada subtes *forward* (24,4%) maupun subtes *backward* (57%). Uji *chi-square* menunjukkan hubungan aktivitas sarapan dengan kapasitas STM bernilai  $p=0.524$  pada subtes *forward* dan nilai  $p=0.259$  pada subtes *backward*, nilai ini lebih dari 0.05 pada kedua uji STM. Meskipun demikian, siswa yang tidak sarapan cenderung menunjukkan gangguan kapasitas STM.

Penelitian ini menyimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara aktivitas sarapan dengan kapasitas STM pada siswa SMA Negeri 2 Padang.

**Kata kunci:** daya ingat, gizi, memori kerja, pelajar, tes rentang angka.