



UNIVERSITAS ANDALAS

**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**



FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2021



UNIVERSITAS ANDALAS

**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**

Oleh :

DELVIA WITRI CHANIA

No. BP. 1711222001

Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2021

PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**

Oleh :

DELVIA WITRI CHANIA

No. BP : 1711222001

Skripsi ini telah diteliti dan diperiksa oleh pembimbing skripsi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

Padang, September 2021

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Azrimaidalza, S.KM., M.KM

NIP. 197505172005012002

Pembimbing II



Dr. Idral Purnakarva, S.KM., M.KM

NIP. 197909102005011002

PERNYATAAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul :
**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**

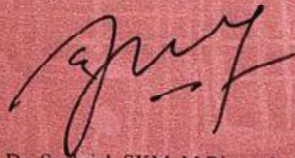
Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

Delvia Witri Chania

No. BP 1711222001

Telah diuji dan dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas Pada Tanggal 27 Agustus 2021 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I



Dr. Syahrial, SKM, M.Biomed

NIP. 197403132008121003

Penguji II



Prof. dr. Nur Indrawaty Lipoeto, M.Sc., SpGK

NIP. 196305071990012001

PERNYATAAN PENGESAHAN

DATA MAHASISWA :

Nama Lengkap : Delvia Witri Chania
Nomor Buku Pokok : 1711222001
Tanggal Lahir : 29 Juli 1999
Tahun Masuk : 2017
Program Studi : Gizi
Nama Pembimbing Akademik: Dr. Yessy Markolinda, S.Si., M. Repro
Nama Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, S.KM., M.KM
Nama Pembimbing II : Dr. Idral Purnakarya, S.KM., M.KM
Nama Penguji I : Dr. Syahrial, SKM., M.Biomed
Nama Penguji II : Prof. dr. Nur Indrawaty Lipoeto, M.Sc., SpGK

JUDUL PENELITIAN :


**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**


Menyatakan bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan proses penelitian, ujian usulan skripsi dan ujian hasil skripsi untuk memenuhi persyaratan akademik dan administrasi untuk mendapatkan Gelar Sarjana Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

Padang, September 2021

Menyetujui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Andalas

Mengesahkan,
Koordinator Prodi SI Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Andalas


Defriman Djafri, S.KM, M.KM, Ph.D
NIP. 198008052005011004


Dr. Deni Elnovriza, STP., M.Si
NIP. 197311122003122001

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap : Delvia Witri Chania
Nomor Buku Pokok : 1711222001
Tanggal Lahir : 29 Juli 1999
Tahun Masuk : 2017
Program Studi : Gizi
Nama Pembimbing Akademik : Dr. Yessy Markolinda, S.Si., M. Repr
Nama Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, S.KM., M.KM
Nama Pembimbing II : Dr. Idral Purnakarya, S.KM., M.KM
Nama Penguji I : Dr. Syahrial, SKM., M.Biomed
Nama Penguji II : Prof. dr. Nur Indrawaty Lipoeto, M.Sc., SpGK

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

“KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA SMP NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah di tetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2021



Delvia Witri Chania
No. BP : 1711222001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Delvia Witri Chania
Tempat/ Tanggal Lahir : Sibakur/ 29 Juli 1999
Alamat : Jorong Koto Sibakur, Nagari Sibakur, Kecamatan
Tanjung Gadang, Kabupaten Sijunjung, Sumatera Barat
Agama : Islam
Status Keluarga : Belum Menikah
Nama Ayah : Jon Arial
Nama Ibu : Witrida
No Handphone : 082288290439
Email : delviawitrichania@gmail.com

Riwayat Pendidikan Formal :

1. SD Negeri 04 Sibakur lulus tahun 2011
2. MTs Negeri Palangki lulus tahun 2014
3. SMA Negeri 1 Sijunjung lulus tahun 2017
4. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas lulus tahun 2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Hasbunallah Wanikmal Wakil Nikmal Maulana Wanikmal Nasir (cukuplah Allah bagi kami, sebaik-baiknya pelindung dan penolong kami). Segala puji dan syukur kepada Allah Subhanahu wa ta'ala yang selalu melimpahkan rahmat dan pertolongan dalam setiap langkah. Tiada daya dan upaya kecuali dengan pertolongan Allah SWT sehingga saya sampai di titik ini. Shalawat beserta salam saya curahkan nabi Muhammad SAW.

Teruntuk Orang Tua, puji syukur kepada Allah yang menjadikan Egi sebagai anak kalian, amak (Witrida) dan abak (Jon Arial) adalah perpanjangan tangan Allah yang luar biasa bahkan tidak ada kata yang tepat untuk mewakili betapa beruntungnya menjadi anak kalian. Terimakasih untuk doa yang tak pernah putus, dukungan yang tak pernah henti serta waktu yang selalu ada. Benar kata orang, bukan Egi yang mampu tapi doa kalian yang melangit, berkat doa kalian langkah Egi dipermudah bahu Egi diperkuat. banyak maaf atas kesalahan yang sering Egi lakukan, Egi harap dengan setiap capaian yang Egi peroleh bisa membanggakan amak dan abak. Banyak pencapaian lagi yang ingin Egi tempuh dan Egi harap kalian sehat selalu dan selalu mengiringi pencapaian Egi berikutnya.

Teruntuk Keluarga Besar, terimakasih sebesar-besarnya atas doa dan dukungan yang selalu diberikan, terimakasih untuk perhatian dan kasih sayang yang tak pernah putus untuk Egi.

Teruntuk Pembimbing ibu Azrimadaliza dan bapak Idral Purnakarya, terimakasih sudah mau membimbing. Beruntung ibuk dan bapak adalah pembimbing

Egi sehingga banyak hal baru dan hal baik yang Egi dapatkan selama proses bimbingan ini. Terimakasih untuk ilmu dan waktu yang ibuk dan bapak berikan.

Teruntuk Penguji bapak Syahrial, ibuk Nur Indrawati Lipoeto dan ibu Resmiati terimakasih untuk waktu dan masukan-masukan dari bapak dan ibuk sehingga Egi makin baik kedepannya, banyak ilmu yang Egi dapatkan dari bapak dan ibuk.

Teruntuk Sahabat Didi, Gebby, Iif. Orang-orang yang selalu punya waktu, selalu mau bantuin, selalu bisa diandalkan, selalu mau dengerin keluh kesah, selalu mau direpotkan kadang sampai heran saking baiknya kalian. Bakal rugi sih Egi kalo bukan kalian yang jadi teman dekat Egi. Makasih Di si paling bisa diandalkan dalam semua hal, makasih Bi si paling baik hati, sefrekuensi dan menyenangkan, makasih If si selalu bantuin dari hal besar sampai hal kecil sekalipun karna Egi banyak mau wkwk. Mari bertemu lagi di titik terbaik kita ya guys.

Teruntuk Sahabat Dian dan Iza, makasih guys sudah jadi teman kos yang menyenangkan. Makasih za untuk 3 tahunnya walaupun harus sabar-sabar menghadapi Egi, banyak hal berharga yang Egi dapatkan selama 3 tahun sama Iza. Makasih Dian si se persepupuan, SD, SMP, SMA sampai sekarang kuliah kita masih ditempat yang sama, yah yang pasti *U know me so well* lah, terimakasih waktu 16 tahunnya Yan, sama Dian Egi bebas menjadi apa adanya diri Egi, banyak hal baik yang bisa egi contoh dari Dian.

Teruntuk Seluruh Teman-teman teman-teman Gizi 17 terimakasih guys untuk semua momen, kerjasama, cerita dan kebaikan kalian. berkat kalian kehidupan kampus Egi menyenangkan. Sukses untuk kita semua, semoga semua hal di mudahkan oleh Allah.

Teruntuk semua orang yang berperan dalam hidup Egi terimakasih atas dukungan, waktu dan doa kalian semuanya yang tidak bisa Egi sebutkan satu persatu.

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Agustus 2021

DELVIA WITRI CHANIA, No. Bp. 1711222001

**KORELASI ANTARA SARAPAN PAGI, ASUPAN ZAT BESI DAN
MOTIVASI BELAJAR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA SMP
NEGERI 41 SIJUNJUNG TAHUN 2021**

xi + 56 halaman, 15 tabel, 4 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Anak usia sekolah merupakan penentu kualitas sumber daya manusia kedepannya. Konsentrasi dalam belajar akan mempengaruhi hasil belajar sehingga berdampak pada indeks pembangunan manusia dalam bidang pendidikan. Banyak faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Besar Sampel penelitian sebanyak 58 responden menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data berupa pengisian *Grid concentration test*, *food recall* dan kuisioner motivasi belajar. Pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, *entry* dan *cleaning*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan nilai median adalah 5 untuk skor konsentrasi belajar responden, rata-rata kalori sarapan pagi adalah 205,3 Kkal, median asupan zat besi adalah 3,9 mg dan rata-rata skor motivasi belajar responden adalah 120,55. Terdapat korelasi antara sarapan pagi ($p= 0,031$, $r=0,283$) dan motivasi belajar ($p= 0,043$, $r= 0,266$) dengan konsentrasi belajar, tidak terdapat korelasi antara asupan zat besi dengan konsentrasi belajar ($p=0,710$, $r= 0,050$).

Kesimpulan

Asupan kalori sarapan pagi dan motivasi belajar berkorelasi dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021. Diharapkan pihak sekolah menambahkan pesan gizi seimbang dan memperkuat dukungan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Daftar Pustaka : 68 (1982-2021)

Kata Kunci : konsentrasi belajar, sarapan pagi, zat besi, motivasi belajar

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, August 2021
DELVIA WITRI CHANIA, No. Bp. 1711222001**

**CORRELATION BETWEEN BREAKFAST, IRON INTAKE AND LEARNING
MOTIVATION WITH STUDENT LEARNING CONCENTRATION IN SMPN
41 SIJUNJUNG 2021**

xi + 56 pages, 15 tables, 4 pictures, 10 attachments

ABSTRACT

Objective

School-age children is a determinant of the quality human resources in the future. Learning concentration will be affect to learning outcome and that it has an impact on human development index in the field of education. The purpose of this study was to determine the correlation between breakfast, irone intake and learning motivation with student learning concentration in SMPN 41 Sijunjung 2021.

Method

This research uses quantitative methods with a cross sectional approach. The sample of 58 respondents using total sampling technique. Data collection consists of filling out grid concentration test, food recall and learning motivation questionnaire. Data processing includes editing, coding, entry and cleaning. Data analysis was using the correlation tests.

Result

The result of this research showed that the median was 5 for score of the respondents learning concentration, the average calorie intake of breakfast was 205,3 Kcal, the median intake of iron was 3,9 mg and and the average score of the respondents learning motivation was 120,55. There is correlation beetwen breakfast ($p= 0,031$, $r=0,283$) and learning motivation ($p= 0,043$, $r= 0,266$) with learning concentration, there isi no correlation between iron intake with learning concentration ($p=0,736$, $r= 0,045$).

Conclution

Calories intake of breakfast and learning motivation correlate with student learning concentration in SMPN 41 Sijunjung 2021. Expected to the school to add balanced nutrition message materials and strengthen support to increase student learning motivation.

References : 68 (1982-2021)

Keywords : learning concentration, breakfast, iron intake, learning motivation