



HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA/SISWI DI SDN JATI GINTUNG 1 TAHUN 2022

Vellydia¹⁾, Siti Haeriyah²⁾, Febi Ratnasari³⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
- 2) Dosen Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Yatsi Madani
- 3) Dosen Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
E-mail: vellydia4@gmail.com

ABSTRACT

Background: Concentration has an important role for students, concentration in class will generally be dispersed if the body does not get nutritional consumption. As a result, the child experiences gastric emptiness for 10-11 hours (calculated when he sleeps at night). Finally, sugar levels in the body can decrease. **Subjects and methods:** This study is quantitative. This study uses a cross-sectional approach. Samples were taken by 144 respondents using proportional stratified random sampling. The instrument used is a questionnaire sheet and the analytical test used is Chi-Square. **Results:** Based on the results of the Chi-square analysis test, resulting in a value of Sig = 0.003 it can be concluded that "Ha is accepted" (Sig 0.003 < 0.05). This means that there is a relationship between breakfast and student concentration at SDN Jati Gintung 1 in 2022. **Conclusion:** Researchers suggest that parents and teachers should work together to pay attention to the importance of breakfast for children to support concentration while studying at school.

Keywords: Breakfast, concentration, primary school children

Abstrak

Latar belakang: Konsentrasi mempunyai peranan penting bagi siswa, konsentrasi di kelas umumnya akan buyar jika tubuh tidak mendapatkan konsumsi gizi. Dampaknya anak mengalami kekosongan lambung sepanjang 10-11 jam (dihitung disaat dia tidur malam). Yang akhirnya kadar gula pada tubuh bisa menurun. **Subjek dan metode:** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang diambil 144 responden dengan menggunakan *proportional stratified random sampling*. Instrument yang digunakan adalah lembar kuesioner serta uji analisis yang digunakan adalah *Chi-Square*. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji analisis *Chi-square*, menghasilkan nilai Sig=0,003 maka dapat disimpulkan "Ha diterima" (Sig 0,003 < 0,05). Artinya ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 Tahun 2022. **Kesimpulan:** Peneliti menyarankan Orang tua dan guru seharusnya bekerja sama untuk memperhatikan pentingnya sarapan bagi anak untuk menunjang konsentrasi pada saat belajar di sekolah.

Kata Kunci: Sarapan pagi, konsentrasi, anak sekolah dasar

A. PENDAHULUAN

Anak ialah harapan masa depan. Karenanya butuh mempersiapkan supaya nantinya bisa membentuk manusia yang bermutu, sehat, bermoral, serta bermanfaat untuk bangsa. Kenaikan kualitas kesehatan bangsa sangat perlu dibutuhkan untuk menjadi jembatan bagi pembangunan yang dicapai Indonesia. Upaya salah satu kenaikan kualitas kesehatan ialah dengan memperbaiki kualitas gizi pada masyarakat. Gizi yang sepadan bisa tingkatkan kekuatan fisik, bisa tingkatkan kecerdasan serta menjadikan perkembangan yang normal. Seorang yang sehat tentunya mempunyai energi pikir serta energi aktivitas tiap harinya yang lumayan besar, khususnya untuk pelajar, untuk menolong mereka dalam tingkatkan kemampuan konsentrasi serta intelektual nya (Arifin, L .A & Prihanto, 2015)

Sarapan ialah makanan yang bisa mempengaruhi pertumbuhan kecerdasan. Dimana kecerdasan membutuhkan protein ataupun O₂, makanan yang dicerna dalam perut di sampaikan pada seluruh badan, sel, otot dan jaringan yang ada . Cara berpikir memerlukan aktivitas otot dalam kaitan nya dengan sel

dan jaringan yang memerlukan makanan. Pada penelitian, menunjukan kalau makan pagi memiliki hubungan yang kuat pada kepintaran. akibatnya membawa dampak baik untuk kerja otak, membantu anak jadi tambah pintar, tanggap, dan cepat fokus. Survei menemukan bahwa anak, remaja yang makan pagi tinggi protein tambah bersungguh-sungguh, bisa memperhatikan materi, senang, suportif dan mudah berkawan (Jaka, 2015)

Konsentrasi belajar ialah sesuatu pemusatan pikiran atau perhatian pada pelajaran. Konsentrasi mempunyai kapasitas yang sangat penting bagi seorang anak untuk menghafal, memahami serta meningkatkan mata pelajaran di sekolah. guna melaksanakan kemampuan kapasitas tersebut anak-anak akan bisa berpikir dengan benar dan membuat keputusan dengan menghubungkan tentang apa yang logis, tahap ini terjadi pada usia sebelas sampai tigabelas tahun (Suwardhani, 2013). Konsentrasi mempunyai kapasitas amat sangat berarti jika murid tak fokus pada suasana pelajaran, konsentrasi inilah yang tidak mudah untuk dicoba sebab banyak aspek yang menimbulkan terganggu nya

fokus, misalnya ialah rasa lapar. Tanda umumnya terjalin dengan murid ataupun anak kalau tak makan pagi saat berangkat sekolah. untuk murid-murid melewati makan pagi bisa akibat kurang baik. Konsentrasi di kelas umumnya akan buyar sebab tubuh tidak mendapatkan konsumsi nutrisi. Dampaknya anak mengalami perut kosong sepanjang sepuluh sampai sebelas jam (diperhitung disaat dia istirahat petang). Tidak bingung jika murid lapar kira-kira pada jam sembilan sampai jam sepuluh pada nantinya akan mengurangi glukosa dalam badan.

Di Indonesia 18,05% anak tak sempat makan pagi. Hasil riset kesehatan dasara (riskesdas) Kementrian Kesehatan RI Tahun 2010 kualitas sarapan di Indonesia masih terbilang lemah dikarenakan cukup banyak anak yang belum terbiasa sarapan dengan gizi seimbang. Data Riskesdas 2018 menunjukan bahwa terdapat anak usia sekolah dasar yang prevalensi status gizinya (IMT/U) dengan kategori kurus di atas prevalensi Nasional (7,6%) salah satunya yang berada di wilayah Provinsi Banten yaitu sekitar 9,5%. Berdasarkan data Riskesdas 2018 di Kabupaten Tangerang menunjukan bahwa prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12

tahun yaitu kategori sangat kurus (2,66%), kategori kurus (7,18%), kategori normal (63,44%) kategori gemuk (12,89%), kategori obesitas (13,82%).

Dari hasil observasi jumlah siswa SDN Jati Gintung 1 adalah sebanyak 223 siswa, yang terdiri dari 38 siswa kelas I, 40 siswa kelas II, 42 siswa kelas III, 36 siswa kelas IV, 34 siswa kelas V dan 33 siswa kelas VI. Wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru SDN Jati Gintung 1 mengatakan bahwa anak-anak dalam proses pembelajaran memiliki banyak tingkah seperti berjalan di sekitar kelas selama pembelajaran berlangsung, ke kiri dan kanan dan mengganggu teman sekelas selama proses pembelajaran karena anak merasa bosan, gelisah karena lapar dan kebisingan jalan dan lingkungan sekolah. Cara untuk mengurangi dampak negatif tersebut adalah dengan murid meluangkan diri buat makan pagi sebelum sekolah dan orang tua bisa mempersiapkan makan pagi dengan memperhatikan gizi seimbang.

B. SUBJEK DAN METODE

1. Desain penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuantitatif,

agar mengetahui adanya hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa/siswi SDN Jati Gantung 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yaitu penelitian terhadap variable-variabel yang independen dan dependen diteliti sekaligus dalam waktu yang sama.

2. Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa siswi SDN Jati Gantung I yang berjumlah 223 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah memakai *proportional stratified random sampling* jadi sampel pada penelitian ini yaitu sebagian siswa/siswi SDN Jati Gantung 1 sebanyak 144 siswa/siswi.

3. Variabel penelitian

Variabel independen pada penelitian ini adalah sarapan pagi dan variabel dependen adalah konsentrasi belajar.

4. Definisi Operasional

- Variabel Independen

Sarapan pagi

Definisi operasional : Asupan makanan pertama yang masuk kedalam tubuh setelah puasa saat tidur dimalam hari, mengonsumsi sarapan sekitar

pukul 06.00-10.00 sebelum melakukan aktivitas.

Alat ukur : Memberikan Lembar koesioner sarapan pagi yang terdiri dari 8 pertanyaan.

Hasil ukur :

1. Sarapan kurang (nilai 1-8)
2. Sarapan cukup (nilai 9-15)
3. Sarapan baik (nilai 16-22)

Skala ukur : ordinal

- Variabel Dependen

Konsentrasi Belajar

Definisi operasional : Sesuatu pemusatan pikiran ataupun perhatian terhadap pelajaran.

Alat ukur : Lembar kuesioner *Grid Concentration Exercise*.

Hasil ukur :

1. Konsentrasi buruk (nilai 1-11)
2. Konsentrasi sedang (nilai 12-22)
3. Konsentrasi baik (nilai 23-33)

Skala ukur : Ordinal.

5. Instrumen penelitian

Instrument penelitian dalam penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai sarapan pagi dengan konsentrasi belajar.

6. Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *chi-square*.

7. Etika penelitian

Prinsip-prinsip penelitian pada manusia yang perlu dipahami meliputi:

1) Prinsip Manfaat

Dengan prinsip aspek manfaat, diharapkan segala bentuk penelitian yang dilakukan dapat digunakan bagi kepentingan orang banyak. Prinsip ini bisa memberikan kebebasan dan tidak memberikan atau merugikan manusia serta menjadikannya subjek percobaan.

2) Prinsip Keadilan

Prinsip keadilan memiliki konotasi publisitas dan kewajiban, dalam rangka menegakkan keterbukaan, penelitian ini dilakukan secara jujur, cermat, dan dengan memperhatikan ketelitian dan kecermatan. Sebagai prinsip keadilan dalam penelitian ini, peneliti memperhatikan hak subyek agar diperlakukan sama, baik sebelum, selama dan setelah mengikuti penelitian ini.

3) Tanpa Nama (*Anonymity*)

Anonymity hal ini dilakukan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama subjek dalam kuesioner yang telah diisi.

4) Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan adalah etika penelitian. Selama melakukan penelitian, peneliti dituntut untuk mempertahankan semua aspek atau informasi yang diperoleh dari subjek.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dalam penelitian ini akan dipaparkan dalam tabel berikut.

1. Analisis univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Sarapan Pagi
Siswa/Siswi di SDN Jati Gantung 1
(n=144)

Sarapan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang	31	21,5
Cukup	48	33,3
Baik	65	45,1
Total	144	100

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa/siswi di SDN Jati Gantung 1 mempunyai kebiasaan

sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah yakni dengan kategori sarapan baik berjumlah 65 responden (45,1%). Sebagian besar responden memilih sarapan sebagai menu biasa, sarapan biasanya dibuat di rumah bersama anggota keluarga lainnya. Namun, ada sebagian besar anak yang tidak makan siang hanya karena membawa bekal sendiri. Ada juga anak-anak yang sarapannya sederhana hanya dengan segelas air putih, teh, susu atau kue (jajanan). Anak-anak tidak sarapan karena takut terlambat, orang tua sibuk dan terburu-buru.

Sejalan dengan hasil penelitian (Wardana, 2019) yang berjudul hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak SD Negeri 02 Balerejo, di dapatkan bahwa 39% responden tidak memiliki kebiasaan sarapan pagi atau sarapan kurang. Dari hasil penelitian tersebut Alasan anak tidak sarapan adalah kesulitan membangunkan anak untuk sarapan (59%), kesulitan mengajak anak sarapan (19%), kesulitan meminta anak sarapan (10%) dan khawatir anak terlambat datang ke sekolah (6).%). Penelitian ini juga sejalan dengan (Rahmah, 2018), yang berjudul hubungan sarapan

dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin, didapatkan bahwa 69% responden dengan kategori sarapan pagi baik. Dari hasil penelitian tersebut bahwa sarapan pagi siswa sudah baik dan cukup karena keluarga selalu menyiapkan sarapan sebelum berangkat sekolah. Siswa selalu sarapan pagi, ibu mereka ibu rumah tangga, sedangkan siswa sarapan pagi karena keluarganya terkadang menyiapkan sarapan, terkadang tidak.. Penelitian ini juga sejalan dengan (Sufrin, 2018) di dapatkan hasil bahwa 86% responden memiliki kebiasaan sarapan pagi baik.

Makan pagi sangat perlu serta bermanfaat untuk anak usia sekolah. Dimana jarak antara waktu makan berkisar 8 jam, sehingga pada pagi hari perut kosong. (Aries, 2017) menegaskan bahwa orang yang sering melewatkan sarapan cenderung fisiknya lemah, tidak fit, terkadang terlihat mengantuk bahkan merasa pusing. Sarapan sangat penting setiap hari untuk mengembalikan gula darah. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Suwardhani, 2013) tentang asupan makanan bahwa kandungan glukosa berperan dalam meningkatkan aktivitas

otak. Tidak cukup glukosa di otak mempengaruhi pemikiran dan memori. Sebagian dari siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 memiliki sarapan pagi baik dan cukup. Menurut asumsi peneliti bahwa hal-hal yang dapat dilakukan orang tua untuk membantu anaknya makan pagi tanpa membuat mereka terlambat ke kantor, seperti orang tua merencanakan menu sarapan yang ingin dimasak untuk keesokan harinya di malam hari dan menyiapkan sarapan pagi dengan menu yang bervariasi agar anak tidak bosan. Ada baiknya jika orang tua bangun pagi agar anaknya sarapan pagi dan orang tua tidak terlambat berangkat kerja. UKS sebagai pemantau kesehatan di sekolah juga harus mengingatkan siswa bahwa sarapan sangat penting bagi siswa karena sarapan penting bagi anak agar pembelajaran di sekolah dapat berlangsung dengan baik.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 (n=144)

Konsentrasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Buruk	36	25,0
Sedang	55	38,2

Baik	53	36,8
Total	144	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 memiliki konsentrasi sedang berjumlah 55 responden (38,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sufrin, 2018) menunjukkan bahwa 55,8% Jenis lalai, sebagian besar anak dalam proses belajar mengajar gelisah, mereka pergi ke kantin, kelas pergi ke halaman sekolah, mereka merasa terganggu dengan kebisingan ketika teman sekelas mereka telah beristirahat sehingga mereka dapat memperhatikan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Wardana, 2019) di dapatkan bahwa dari 36 responden terdapat 24 siswa (66,7%) kurang konsentrasi, sebagian besar anak dalam proses belajar mengajar berlangsung, banyak siswa bermain dengan temannya, bingung, gelisah, tidak fokus pada pelajaran yang dijelaskan oleh guru. Dari hasil penelitian (Susanti et al., 2017) Para siswa makan sarapan yang baik dan lengkap karena keluarga mereka selalu menyiapkan sarapan sebelum pergi ke sekolah. Siswa selalu sarapan pagi, ibu mereka ibu rumah

tangga, sedangkan siswa sarapan pagi karena keluarganya terkadang menyiapkan sarapan, terkadang tidak.

Konsentrasi adalah fokus pada satu hal di depan kita. Konsentrasi tidak ada artinya dengan adanya gangguan. Faktor yang mempengaruhi konsentrasi akademik adalah faktor sosial antara lain guru, orang tua dan teman. Faktor nonsosial meliputi lingkungan, metode pembelajaran, sarana dan prasarana. Faktor psikologis meliputi bakat, minat, ingatan, dan motivasi. Faktor terakhir adalah kebiasaan sarapan pagi, kebiasaan konsumsi makanan keluarga, ketersediaan makanan keluarga dan pendapatan keluarga Tamsuri (2010). Oleh karena itu, konsentrasi ini tidak dapat disebabkan hanya oleh satu faktor saja, yaitu kebiasaan sarapan pagi, tetapi juga beberapa faktor lain seperti yang telah dijelaskan di atas. Seorang siswa dengan konsentrasi yang baik akan mudah menyerap materi.

Sebagian dari siswa/siswi di SDN Jati gantung 1 memiliki konsentrasi belajar sedang. Menurut asumsi peneliti Selalu terlihat bahwa fokus pada kegiatan belajar mengajar seperti siswa berbicara satu sama lain di luar topik akademik, pusing dan siswa tidak memperhatikan

pengajaran guru. Tidak fokusnya konsentrasi belajar pada siswa/siswi di SDN Jati Gantung 1 dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantara lain faktor materi pelajaran, faktor lingkungan, tingkat intelegensi dan faktor kesehatan jasmani yang meliputi kurangnya gizi dan asupan tenaga dikarenakan ada sebagian (21,5%) peserta didik tidak terbiasa sarapan atau sarapan kurang.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Uji Chi-Square

Konsentrasi belajar									
Sarapan pagi	Buruk		Sedang		Baik		Total		P value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kurang	14	9,8	8	5,6	9	6,2	31	21,6	0,003
Cukup	13	9,0	23	15,9	12	8,4	48	33,3	
Baik	9	6,2	24	16,7	32	22,2	65	45,1	
Total	36	25,0	55	38,2	53	36,8	144	100	

Berdasarkan uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai signifikan sebesar 0,003. Nilai uji signifikan 0,003 yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gantung 1.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wardana, 2019) di dapatkan hasil bahwa ada hubungan kebiasaan

sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar anak dengan nilai $p = 0,024 < 0,05$ dan hasil nilai OR sebesar 7,286 dimana sebagian besar responden dengan kebiasaan sarapan pagi baik memiliki tingkat konsentrasi belajar baik dan sebagian besar responden dengan kebiasaan sarapan pagi kurang memiliki tingkat konsentrasi belajar kurang. Penelitian ini juga sejalan dengan (Rahmah, 2018) diperoleh nilai p value = 0,002, karena p value $< 0,05$, artinya ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi belajar ke arah positif dengan nilai kolerasi 0,353 (kolerasi cukup kuat) artinya semakin baik kebiasaan sarapan maka semakin baik pula konsentrasi belajar pada anak tersebut. Dari hasil penelitian tersebut di dapatkan Sebagian besar responden sudah terbiasa makan pagi dengan selalu mengkonsumsi makanan pokok seperti nasi, lauk pauk, sayur dan buah-buahan. Sebagian besar dari mereka juga memiliki tingkat konsentrasi sedang, menunjukkan bahwa sarapan pagi sangat mempengaruhi skor konsentrasi saat belajar atau melakukan aktivitas yang membutuhkan konsentrasi.

Menurut asumsi peneliti, kebiasaan sarapan pagi berhubungan signifikan dengan tingkat konsentrasi belajar pada anak, dimana terlihat adanya kecenderungan anak yang sarapan pagi baik (45,1%) untuk lebih memiliki tingkat konsentrasi yang lebih baik (36,8%) jika dibandingkan dengan anak yang jarang sarapan pagi (21,5%) memiliki tingkat konsentrasi yang kurang (25,0%). Sarapan pagi merupakan hal yang sangat penting dilakukan karena sebelum sarapan tubuh telah berpuasa selama 9-12 jam dan keadaan ini menyebabkan tubuh kekurangan karbohidrat. Jika anak tidak terbiasa sarapan sebelum beraktivitas dan belajar, maka mereka akan rentan terhadap hipoglikemia, menyebabkan tangan gemetar, pusing, sulit berkonsentrasi karena kekurangan glukosa sebagai sumber energi untuk otak, sehingga kebiasaan sarapan akan berpengaruh pada tingkat konsentrasi dalam belajar pada anak.

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya disertai dengan Analisa data maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi sarapan pagi di SDN Jati Gintung 1 sebagian besar memiliki sarapan yang baik sebanyak 65 responden (45,1%).
2. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 sebagian besar memiliki konsentrasi yang sedang sebanyak 55 responden (38,2%).
3. Terdapat hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gintung 1 yang dilihat dari hasil uji *chi-square* bahwa dapat diketahui nilai *p value* dari data tersebut adalah 0.003 ($P < 0,005$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan yaitu antara sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa/siswi di SDN Jati Gintung.

Saran

Dalam penelitian ini, peneliti masih belum sempurna karena keterbatasan, baik dari diri peneliti sendiri maupun karena faktor eksternal dari peneliti, karena keterbatasan peneliti, maka peneliti menyarankan :

1. Bagi Universitas Yatsi Madani
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk teori pembelajaran keperawatan anak yaitu tentang sarapan pagi terhadap

pemenuhan kebutuhan gizi, nutrisi dan tingkat konsentrasi belajar anak.

2. Bagi keluarga

Peneliti menyarankan kepada keluarga siswa agar dapat menyiapkan dan membiasakan sarapan pagi pada anak sebelum mengikuti proses belajar mengajar di sekolah, agar anak terbiasa sarapan pagi setiap hari dan mampu meningkatkan konsentrasi belajar pada anak.

3. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan agar sekolah terus memberikan pendidikan kesehatan kepada orang tua siswa ataupun siswa tentang pentingnya sarapan bagi anak usia sekolah dasar dan sebagai bahan informasi serta referensi bagi tenaga kesehatan (UKS) serta guru pengajar tentang pentingnya sarapan untuk meningkatkan konsentrasi siswa agar mencapai prestasi yang baik.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak SD. Dan melakukan penelitian yang lebih membuktikan bahwa sarapan pagi sangat berpengaruh pada

konsentrasi belajar anak dengan variabel yang terkait.

5. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan agar profesi keperawatan dapat membantu monitoring dan evaluasi pada sekolah untuk melihat perkembangan anak khususnya asupan gizi dan zat gizi yang berhubungan dengan konsentrasi belajar pada siswa.

6. Bagi Dosen UYM

Penelitian ini diharapkan untuk selalu meningkatkan bimbingan dan penekanan materi tentang ilmu keperawatan anak yaitu tentang sarapan pagi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi, nutrisi dan tingkat konsentrasi belajar anak.

dengan aspek biologis anak usia sekolah’,

Rahmah, M. (2018) ‘Hubungan Sarapan Dengan Konsentrasi Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Pangeran 1 Banjarmasin’,

Sufrin, F. (2018) ‘Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak sd negeri 01 baruga di kota Kendari’, *Skripsi : Politeknik Kesehatan Kendari*, pp. 1–67.

Susanti, H.D. et al. (2017) ‘Kebiasaan Sarapan d\ Dengan Konsentrasi Belajar Anak Kelas 5-6 di SDN Manduro Kabuh’, *Jurnal Keperawatan. Universitas Muhammadiyah Malang*, 4(1), pp. 724–732.

Suwardhani (2013) ‘konsentrasi belajar dan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMPN 1 garut’.

Wardana, Y.J. (2019) ‘Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak SD Negeri 02 Balerejo Kabupaten Madiun Oleh : Yudha Jaya Wardana PROGRAM STUDI KEPERAWATAN’.

DAFTAR PUSTAKA

Aries, H.& (2017) ‘Pengaruh Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi belajar Anak SD Negeri 01 Bandung’.

Arifin, L .A & Prihanto, J.. (2015) ‘Hubungan Sarapan Pagi denagn tingkat Konsentrasi Siswa di Sekolah’, *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*,

Jaka, S. (2015) ‘Hubungan sarapan pagi