

**LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN
PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR**

KARYA TULIS ILMIAH



FATMAWATI BR BARUS

P01031118022

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI**

2021

**LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN
PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR**

**Karya Tulis Ilmiah diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan
Kemenkes Medan**



**FATMAWATI BR BARUS
P01031118022**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
2021**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : *Literature Review* Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar
Nama Mahasiswa : Fatmawati Br Barus
NIM : P01031118022
Program Studi : Diploma III Gizi

Menyetujui :



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Rumida, SP, M.Kes
Penguji I



Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes
Penguji II

Mengetahui
Ketua Jurusan



Dr. Usida Marjony, SKM, M.Kes
Nip. 196403121987031003

Tanggal Lulus : 28 Mei 2021

ABSTRAK

FATMAWATI BR BARUS “**LITERATURE REVIEW HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR** (DIBAWAH BIMBINGAN : RIRIS OPPUSUNGGU).

Sarapan pagi sangat penting untuk anak SD karena dengan sarapan pagi maka kebutuhan zat gizi untuk aktivitas mereka saat di sekolah dapat terpenuhi, dengan terpenuhinya kebutuhan zat gizi maka konsentrasi belajar juga meningkat dan masa pertumbuhannya juga tidak terganggu. Anak usia sekolah dasar (SD), yang dikategorikan masih dalam taraf perkembangan dan pertumbuhan, maka makan pagi atau sarapan pagi mutlak sangat diperlukan untuk menunjang aktivitasnya

Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar secara studi literatur

Metode penelitian ini adalah studi literatur yang diambil dari berbagai jurnal-jurnal, yang mendukung dengan kebiasaan sarapan pagi dan prestasi anak sekolah dasar yang diterbitkan dari tahun 2015 - 2021. Pencarian dilakukan menggunakan mesin pencari google di internet dengan kata kunci yang terkait. Pencarian database dilakukan di Portal Garuda, DOAJ dan Google Scholar.

Hasil penelitian dari 7 artikel, ada 2 artikel menggambarkan sarapan pagi anak sekolah dasar masih terdapat pada katagori kurang dan dari 4 artikel, ada 1 artikel menggambarkan prestasi belajar anak sekolah dasar masih terdapat pada katagori kurang. Berdasarkan Berdasarkan 11 artikel menggambarkan hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak sekolah dasar. 2 artikel prestasi belajar menunjukkan bahwa, pada sarapan pagi dan prestasi belajar katagori cukup, kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar katagori baik, dan kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar kurang

Kata kunci: Sarapan pagi, Prestasi belajar

ABSTRACT

FATMAWATI BR BARUS "LITERATURE REVIEW OF CORRELATION OF BREAKFAST WITH THE LEARNING ACHIEVEMENT OF ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN (CONSULTANT: RIRIS OPPUSUNGGU).

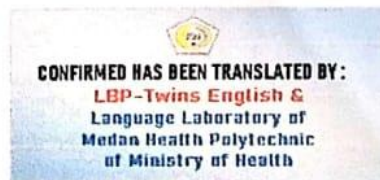
Breakfast is very important for elementary school children because with breakfast the nutritional needs for their activities while at school can be met, with the fulfillment of nutritional needs, learning concentration will also increase and their growth period will not be disturbed. Elementary school age children, which are categorized as still in the stage of development and growth, breakfast or breakfast is absolutely necessary to support their activities.

The purpose of this study was to determine the correlation between breakfast and elementary school children's learning achievement in a literature study.

This research method was a literature study taken from various journals, which support breakfast habits and achievement of elementary school children published from 2015 - 2021. The search was carried out using the google search engine on the internet with related keywords. Database searches were carried out on Garuda Portal, DOAJ and Google Scholar.

The results of the study from 7 articles, there were 2 articles describing breakfast for elementary school children still in the less category and from 4 articles, there was 1 article describing the learning achievement of elementary school children still in the poor category. Based on 11 articles describing the relationship between breakfast and learning achievement in elementary school children. 2 learning achievement articles show that breakfast and learning achievement are in the adequate category, breakfast habits and learning achievement are in the good category, and breakfast habits and learning achievement are poor.

Keywords: Breakfast, Learning Achievement



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahnya berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “***Literature Review* Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar**”

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M. Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Riris Oppusunggu, S.Pd, M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
3. Rumida, SP, M.Kes. selaku Dosen Penguji I yang telah banyak memberikan kritik dan saran.
4. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes. selaku dosen penguji II yang telah banyak memberikan kritik dan saran.
5. Ayah Pendi Barus dan Ibu Rustiani Br Ginting serta adik saya Daniel barus dan Juwita Br Barus yang senantiasa memberikan dukungan moral dan kasih sayang serta doa-doa yang tidak terbatas.
6. Teman-teman seperjuangan Sardila, Tesa, Dewi, Alfia, Kesia, Retha, Sonya, Christin, Cindy, Rut, Yani, Ilda, Yuli, Yuni

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dari semua pihak dalam penyempurnaan usulan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Literature Rivew.....	6
B. Anak Sekolah	7
C. Sarapan Pagi.....	9
D. Prestasi Belajar	16
E. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Strategi Pencarian Literature	22
B. Sleksi Artikel dan Penilaian Kualitas.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil	33
B. Pembahasan	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA..... 44
LAMPIRAN..... 42

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Artikel Penentuan Topik	23
2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	26
3. Kualitas Artikel	29
4. Penilaian Kualita.....	30
5. Karatristik Studi	33
6. Karatristik Sampel	35
7. Distribusi Sarapan Pagi	37
8. Distribusi Prestasi Sarapan Pagi dan tidak Sarapan Pagi	38
9. Indetifikasi Sarapan Pagi.....	39
10. Hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar	41

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Tahapan Pencarian Artikel	28

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. 13 Artikel Pendukung.....	45
2. Master table	47
3. Hasil Master Tabel	48
4. Bukti Hasil Pencarian Literature.....	50
5. Pernyataan	51
6. Daftar Riwayat Hidup	52
7. Bukti Bimbingan	53
8. Persetujuan KEPK	54

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi yang baik adalah landasan kesehatan, dengan gizi yang baik akan mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Malnutrisi pada balita masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Malnutrisi memiliki dampak yang buruk baik jangka pendek maupun jangka panjang. Anak dengan malnutrisi dapat mengalami gangguan pertumbuhan, perkembangan dan penurunan kecerdasan yang menyebabkan produktifitasnya menurun di masa depan. Hal tersebut akan menjadi penghambat pembangunan nasional (Ika, 2019)

Sarapan pagi sangat penting untuk anak SD karena dengan sarapan pagi maka kebutuhan zat gizi untuk aktivitas mereka saat di sekolah dapat terpenuhi, dengan terpenuhinya kebutuhan zat gizi maka konsentrasi belajar juga meningkat dan masa pertumbuhannya juga tidak terganggu. Anak usia sekolah dasar (SD), yang dikategorikan masih dalam taraf perkembangan dan pertumbuhan, maka makan pagi atau sarapan pagi mutlak sangat diperlukan untuk menunjang aktivitasnya (Sukiniarti, 2015).

Berdasarkan rekomendasi WHO, sarapan pagi yang baik dan memenuhi kriteria gizi adalah sarapan pagi yang menyuplai karbohidrat (55-65%), protein (12-15%), lemak (24-30%). Jumlah energi yang harus terpenuhi dalam sarapan pagi yaitu sekitar 370-555 kkal dan protein sekitar 9,8-14,7 gram.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2010 sekitar 70% anak usia sekolah kurang mendapat konsumsi energi dan 80% kurang mendapat konsumsi protein yang dibutuhkan, 26,8% anak usia sekolah hanya sarapan pagi dengan air minum dan 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15% kebutuhan gizi per hari. Sedangkan hasil riset Nestle Indonesia 2012 empat dari sepuluh anak di Indonesia mengkonsumsi sarapan

yang tidak bergizi. Hardiansyah (2015) Menyatakan tujuh dari sepuluh anak Indonesia kekurangan gizi sarapan.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 26 persen anak Indonesia hanya mengkonsumsi minuman pada waktu sarapan pagi, baik air putih, teh atau susu. Tidak semua anak yang sarapan pagi sudah menerapkan pola sarapan pagi yang sehat dan seimbang.

Sarapan pagi tidak semudah yang di harapkan. Masih banyak orang tua yang tidak sempat membuat sarapan pagi untuk anaknya dikarenakan orang tua sibuk bekerja. Hal ini dikemukakan oleh (Devi 2012) bahwa sekarang ini banyak orang tua yang sibuk bekerja sehingga tidak memiliki waktu untuk menyiapkan sarapan pagi buat anaknya ke sekolah, sehingga banyak anak-anak sekolah yang tidak terbiasa untuk sarapan pagi (Sukiniarti, 2015).

Masalah yang dihadapi orang tua pada saat memberikan sarapan pagi pada anak sebelum berangkat sekolah adalah anak sulit makan atau tidak mau makan. Apabila hal tersebut tidak segera diatasi maka dapat menyebabkan anak kekurangan gizi sehingga dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu, anak-anak sekolah umumnya sering tidak mau makan pagi atau sarapan pagi karna berbagai alasan, misalnya tidak terbiasa sarapan, takut terlambat sampai ke sekolah sehingga tergesa-gesa berangkat ke sekolah, atau malas. Kebiasaan tidak sarapan pagi pada anak-anak akan menyebabkan badan lemas, mengantuk, sulit menerima pelajaran, serta turunya gairah belajar dan kemampuan merespon (Tumiwa, 2016).

Beberapa faktor yang mempengaruhi sarapan pagi antara lain: sosial ekonomi yang terdiri dari pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan pendapatan orang tua, faktor budaya yang terdiri dari kebiasaan sarapan dalam keluarga, dan dukungan keluarga, faktor keluarga yang terdiri dari ketersediaan sarapan dorongan keluarga dan struktur keluarga, media

massa, teman sebaya, uang saku, jenis kelamin dan pengetahuan mengenai sarapan dan gizi. Faktor-faktor ini penting untuk diperhatikan karena membiasakan sarapan adalah salah satu pesan umum gizi seimbang, sehingga mengetahui faktor-faktor terkait dengan sarapan ini dapat membantu orang tua mewujudkan kebiasaan sarapan dan gizi seimbang untuk anak (Gemily & Aruben, 2016).

Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar. Hal ini karena mengonsumsi sarapan dapat meningkatkan fungsi kognitif sehingga berpengaruh terhadap prestasi belajar. Mekanisme mengonsumsi sarapan dalam meningkatkan prestasi belajar yaitu dengan memodulasi respon metabolik jangka waktu pendek sehingga dapat mempertahankan pasokan nutrisi ke sistem saraf pusat, atau melalui efek jangka panjang pada asupan dan status gizi yang positif sehingga mempengaruhi fungsi kognitif (Isti Angraini & Septia Damayanti, 2017).

Hasil penelitian Auliana, (2012) dalam Rahma (2016) mengatakan bahwa untuk mengoptimalkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kepandaian, dan kematangan sosial diperlukan komposisi seimbang antara karbohidrat (45%-65%), protein (10%-25%), lemak (30%), dan berbagai macam vitamin lain. Oleh karenanya, di pagi hari setelah seseorang tidak mengonsumsi makanan selama 12 jam, kadar gula darah dalam tubuh menjadi menurun. Padahal, glukosa dalam darah adalah satu-satunya penyuplai energi bagi otak untuk bekerja secara optimal.

Bila glukosa darah anak rendah, apalagi sampai di bawah 70 mg/dl (hipoglekemia), maka akan terjadi penurunan konsentrasi belajar, tubuh menjadi melemah, pusing dan gemetar. Selain itu, jika dibandingkan dengan organ tubuh lainnya, otak adalah pengguna energi terbesar dalam tubuh manusia (Rahma, 2016). Prestasi belajar penting bagi siswa, karena prestasi belajar akan menentukan kemampuan siswa dan menentukan naik tidaknya siswa ke tingkat yang lebih tinggi.

Slameto (2010) menyatakan bahwa prestasi adalah bukti keberhasilan usaha yang dapat dicapai. Salah satu cara menilai kualitas seorang anak dengan melihat prestasi belajarnya di sekolah. Sarapan pagi berperan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, karena dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran di sekolah, sehingga prestasi belajar menjadi baik (Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis melakukan penelitian tentang “Hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar secara *Literatur Review*”. Untuk itu peneliti bertujuan mengkaji berbagai artikel hasil penelitian terkait Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar. Ketidakmungkinan melakukan penelitian secara langsung akibat dari *pandemic COVID-19* yang mengharuskan untuk menerapkan protokol kesehatan dengan tidak berada di keramaian serta menjaga jarak, membuat peneliti menggunakan metode penelitian *Literature Review* sebagai alternatif pada penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar (*Literatur Review*)?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar (*literature review*).

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar dengan (*literature review*).
- b. Mengetahui gambaran Prestasi Belajar Anak sekolah dasar dengan (*literature review*).
- c. Mengidentifikasi hubungan sarapan dan prestasi belajar anak sekolah dasar (*literature review*).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan mengenai hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar , dan diharapkan dapat menjadi pengembangan kompetensi diri sesuai dengan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan dalam penulisan karya tulis ilmiah..

2. Bagi Institusi

Untuk menambah referensi kepada mahasiswa/mahasiswi yang akan mengerjakan tugas kuliah dan dapat menjadi referensi untuk mahasiswa yang akan menentukan topik karya tulis ilmiah dengan teknik *systematic literature review* sebagai metodenya.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. *Literature Review*

1. Pengertian

Literatur review merupakan salah satu dari sekian banyak teknik yang dapat digunakan untuk melakukan kegiatan penelitian. *Literatur review* berada pada posisi paling atas dari hierarchy of evidence. Hal ini menunjukkan bahwa *literatur review* merupakan salah satu teknik untuk melakukan pembuktian atau pendekatan masalah tertentu atau dapat dikatakan bahwa *literatur review* merupakan proses ilmiah yang menghasilkan output berupa laporan yang dimaksudkan untuk melakukan penelitian ilmiah atau memfokuskan sebuah studi (Eko, 2019).

Penyusunan *literatur ilmiah* melibatkan beberapa tahapan proses diantaranya:

a) Menemukan *literatur* yang relevan

Gunakan artikel ilmiah atau buku referensi untuk melengkapi tahap awal ini. Semakin banyak referensi yang digunakan maka akan semakin meningkatkan kualitas penyusunan *literatur review* yang dilakukan.

b) Melakukan evaluasi sumber *literatur review*

Evaluasi menjadi tahap filter dari sekian banyak sumber *literatur review* yang akan digunakan oleh seorang peneliti. Sifat dari *literatur review* adalah berfokus pada satu topik atau satu masalah. Upayakan *literatur review* yang digunakan telah sesuai dengan tujuan dalam penyusunan *literatur review* sehingga proses berikutnya akan dapat dilalui dengan mudah.

c) Melakukan identifikasi tema dan kesenjangan antara teori dengan kondisi lapangan jika ada. Memperkuat suatu topik atau masalah serta mendiskusikan adanya kesenjangan akan menjadikan ilmu semakin berkembang.

2. Manfaat

Literatur review memberikan kesempatan yang seluas-luasnya kepada seorang peneliti untuk :

- a) Menunjukkan kedekatan dan seberapa paham seorang penelitian dengan topik penelitian yang akan dilakukan dan kemampuan seorang peneliti untuk memahami konteks penting dari suatu karya ilmiah.
- b) Mengembangkan suatu kerangka teori dan metodologi penelitian yang akan digunakan dalam suatu kegiatan ilmiah berupa penelitian.
- c) Memposisikan diri sebagai salah satu peneliti yang ahli dan memiliki kemampuan dalam melakukan penelitian serta menguasai setiap tahapan peneliti sehingga layak untuk disejajarkan dengan peneliti lain atau seorang ahli teori lainnya.

Menunjukkan kepada publik mengenai kemanfaatan dari penelitian yang dilakukan serta menunjukkan kepada publik bagaimana penelitian yang akan dilakukan dapat mengatasi suatu kesenjangan atau memberikan kontribusi solusi atas suatu permasalahan.

B. Anak sekolah

Pada masa ini individu menggunakan fungsi-fungsi biologis untuk menemukan berbagai hal dalam dunianya. Untuk masa belajar pada tahun pertama dalam kehidupan individu, (Freud) menyebutnya sebagai masa oral (mulut), karna mulut dipandang sebagai sumber kenikmatan dan merupakan alat untuk melakukan eksplorasi dan belajar. Pada tahun kedua anak belajar menguasai ruang, mulai dari yang paling dekat sampai dengan ruang yang jauh. Pada tahun kedua umumnya terjadi pembiasaan terhadap kebersihan. Melalui latihan kebersihan, anak belajar mengendalikan implus-implus atau dorongan-dorongan yang datang dalam dirinya.

Menurut Depkes RI (2008) anak usia sekolah disebut juga periode intelektualitas, atau keserasian bersekolah, pada umur 6-7 tahun seseorang anak dianggap sudah matang untuk memasuki sekolah. Periode Sekolah

Dasar terdiri dari periode kelas-kelas rendah (6-9 tahun), dan periode kelas tinggi (10-12 tahun).

Anak usia sekolah adalah anak yang berada pada usia-usia sekolah dengan usia 6-12 tahun. Masa usia sekolah sebagai masa kanak-kanak akhir yang diantaranya perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam berbahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik (Untario, 2004). Usia sekolah ditandai dengan mulainya anak masuk sekolah dasar dan dimulainya sejarah baru dalam kehidupannya yang kelak akan mengubah sikap dan tingkah laku mereka. Para guru mengenal masa ini sebagai masa sekolah oleh karena pada usia inilah anak untuk pertama kalinya menerima pendidikan formal, tetapi bisa juga dikatakan bahwa masa usia sekolah adalah masa matang untuk belajar maupun masa matang untuk sekolah. Disebut masa matang untuk belajar karena anak sudah berusaha untuk mencapai sesuatu, sedangkan disebut masa matang untuk sekolah karena anak sudah menamatkan taman kanak-kanak, sebagai lembaga persiapan bersekolah yang sebenarnya dan anak sudah menginginkan pencapaian baru yang dapat diberikan dari sekolah. (Walansendow, 2016)

Anak usia sekolah adalah anak yang berada pada rentang usia 6-12 tahun. Anak merupakan kelompok usia muda yang berpotensi dikembangkan untuk berpartisipasi aktif dalam pembangunan dimasa yang akan datang. Hasil proyeksi sensus penduduk 2010, pada tahun 2017 diperkirakan sebanyak 83,6 juta atau 33,2% penduduk Indonesia adalah anak-anak, sehingga berinvestasi untuk anak-anak adalah berinvestasi untuk 1/3 penduduk Indonesia.

Anak sekolah merupakan inventasi bangsa yang sangat penting merka merupakan generasi penerus bangsa, usia anak masih dalam proses pertumbuhan yang cepat dan aktif, proses perkembangan. Perkembangan tersebut di antaranya perkembangan biologis, psikologis, kepribadian, moral, spiritual, social, bahasa, konsep diri, dan juga salah satu yang terpenting adalah perkembangan kognitif. (Isti Angraini & Septia Damayanti, 2017)

C. Sarapan Pagi

1. Definisi Sarapan Pagi

Sarapan pagi didefinisikan dalam kamus besar bahasa Indonesia sebagai makanan yang berpengaruh untuk perkembangan otak. Dimana otak butuh nutrisi dan oksigen. makanan akan dicerna di tubuh disampaikan keseluruh tubuh, sel, jaringan yang ada, dan saraf. Sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang. Menurut (Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020) bahwa sarapan pagi sangat bermanfaat bagi orang dewasa untuk mempertahankan ketahanan fisik, sedangkan bagi anak-anak sekolah untuk meningkatkan kemampuan belajar. Tidak makan pagi bagi anak sekolah menyebabkan kurangnya kemampuan untuk konsentrasi belajar, menimbulkan rasa lelah dan mengantuk. Seseorang yang tidak makan pagi memiliki risiko menderita gangguan kesehatan yaitu menurunnya kadar gula dengan tanda-tanda antara lain: lemah, keluar keringat dingin, kesadaran menurun, pingsan. Bagi anak sekolah, kondisi ini menyebabkan menurunnya konsentrasi belajar yang mengakibatkan menurunnya prestasi belajar.

Sarapan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas di pagi hari dan menyumbangkan gizi sekitar 15%-30% dari kebutuhan kalori sehari (Departemen Kesehatan, 2013). Berdasarkan rekomendasi WHO, sarapan yang baik dan memenuhi kriteria gizi adalah sarapan yang menyuplai karbohidrat (55- 65%), protein (12-15%), lemak (24-30%). Jumlah energi yang harus terpenuhi dalam sarapan yaitu sekitar 370-555 kkal dan protein sekitar 9,8-14,7 gram (Rumapea, 2016).

Sarapan pagi terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, makanan ringan dengan waktu sarapan pagi dimulai dari pukul 06.00 sampai dengan pukul 10.00 (Isti Angraini & Septia Damayanti, 2017).

Menurut (Hardinsyah & Aries, 2016) makan pagi atau sarapan pagi mempunyai peranan penting bagi anak sekolah usia 6-12 tahun, yaitu untuk pemenuhan gizi di pagi hari, dimana anak-anak berangkat ke sekolah dan mempunyai aktivitas yang sangat padat di sekolah. Apabila anak-anak

terbiasa sarapan pagi, maka akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak, terutama daya ingat anak. Karena dapat mendukung konsentrasi sehingga berpengaruh pada prestasi belajar anak disekolah.

Sarapan pagi merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik agar dapat berkonsentrasi di sekolah. Ketika bangun pagi, gula darah dalam tubuh kita rendah karena semalaman tidak makan. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi di sekolah. Oleh karenanya bagi anak sekolah, kebiasaan sarapan pagi bisa membantu memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. 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 (Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020).

2. Kebutuhan Gizi anak sekolah

a. Energi

Kebutuhan energy bagi anak ditentukan oleh mrtabolisme basal, umur, aktifitas fisik, suhu lingkungan dan kesehatanya. Zat-zat gizi dari protein, lemak dan karbohidrat. Tiap gram protein maupun karbohidrat mengandung 4 kilo kalori, sedangkan tiap gram lemak mengandung 9 kilokalori.

b. Protein

Kebutuhan protein bagi tiap kilogram berat badannya yang cepat sekali, untuk kemudian berkurang untuk bertambahnya umur. Jumlah protein diikatkan adekuat jika mengandung semua asam amino esensial dalam jumlah yang cukup, mudah dicerna dan diresap oleh tubuh. Maka protein yang diberikan harus sebagian berupa protein yang berkualitas tinggi seperti protein hewani. Susu sapi merupakan sumber protein yang baik, daging, ikan dan telur mengandung protein berkualitas tinggi. Tambahan protein dapat diperoleh dar kacang-kacangan sepeerti kacang hijau, kedelai serta produk-pdoduknya seperti tahu, tempe, dan juga serat yakni roti.

c. Mineral dan vitamin

Vitamin dan mineral esensial merupakan zat gizi yang penting bagi pertumbuhan dan kesehatan. Susu sapi merupakan sumber yang baik bagi

beberapa vitamin dan mineral seperti kalsium dan fosfor yang berguna sebagai pembeentukan tulang dan gigi. Susu sapi mengandung vitamin A dan vitamin B kompleks. Tapi susu sapi tidak mengandung zat besi dan flour, sehingga kebutuhan zat tersebut harus disuplai oleh bahan makanan lainnya seperti daging, sayur dan buah.

d. Cairan

Jumlah cairan yang harus masuk dalam tubuh merupakan yang penting terutama bagi anak sekolah yang mudah dehidrasi. Pada umumnya anak sehat memerlukan 1000-1500 ml tiap hari. Dalam keadaan sakit seperti infeksi dengan suhu badan yang tinggi, diare, muntah, masuknya harus dinaikann untuk menghindari keadaan yang buruk.

3. Faktot-faktor yang memperburuk keadaan Gizi anak

a. Anak memilih-milih makanan

Anak-anak dalam usia ini umumnya sudah dapat memilih dan menentukan makanan apa yang mereka sukai dan mana yang terbaik dan mana yang tidak. Akan tetapi anak-anak ini memilih makanan yang salah lebih-lebih jika orang tuanya tidak meberikan petunjuk kepada anak.

b. Kebiasaan jajan

Anak-anak yang memilih makanan yang salah seperti makanan instan dan banyaknya mengandung pewarna serta bahan pengawat akan memperburuk keadaan gizi anak.karna makanan tersebut dapat mengganggu kesehatan anak.

c. Terlalu lelah bermain

Terlalu lelah bermain sehingga sampai di rumah tidak mau makan. Karna, Terlalu lelah bermain dapat menyebabka anak tidak mau makan karna anak sudah merasa lelah bermain jadi tidak ada lagi nafsu untuk makan.

4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Sarapan Pagi

a. Pekejaan Orangtua

1. Pekerjaan Ayah

Banyak pendapat mengatakan bahwa seorang ibu jauh lebih baik untuk mendidik anak daripada seorang ayah. Hal ini tidak sepenuhnya benar,

karena ayahpun juga mempunyai tugas untuk mendidik anak, kebijaksanaan, kedisiplinan dan tanggung jawab lebih dominan dimiliki seorang ayah daripada ibu (Anisah, 2004 dalam Meirina, 2011). Berdasarkan teori ini jelas bahwa seorang ayah juga memiliki tanggung jawab yang besar terhadap anaknya, termasuk juga dalam pola pengasuhan dan penanaman perilaku makan dan perilaku kesehatan yang baik.

2. Pekerjaan Ibu

Ibu yang bekerja bukan berarti tidak bisa mempersiapkan sarapan pagi untuk anaknya. Ibu bekerja harus bisa membagi waktunya untuk mengasuh dan mempersiapkan makanan terbaik dan bergizi untuk anaknya. Secara logika ibu yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang lebih lapang untuk mengurus keluarganya dan mempersiapkan sarapan pagi. Tapi hal ini juga tidak mutlak demikian, meskipun seorang ibu bekerja tetapi jika ia seorang yang sadar akan peran dan tanggung jawabnya, serta pandai membagi waktu, bukan tidak mungkin ia pun bisa menjadi ibu terbaik, pintar dan berpendidikan seorang ibu maka upaya mencerdaskan anak bangsa akan lebih terbuka. Ibu yang berpendidikan biasanya memiliki keinginan untuk belajar dan mengakses banyak informasi demi perkembangan anak-anaknya, selalu berusaha memberikan yang terbaik dan mengutamakan kesehatan dan tumbuh kembang anak-anaknya.

b. Pendidikan Orangtua

Tingkat pendidikan orangtua akan mempengaruhi kebiasaan makan dalam kehidupan sehari-hari semakin tinggi tingkat pendidikan orangtua maka akan memiliki pengetahuan gizi, kesehatan dan pengasuhan anak yang lebih baik pengetahuan gizi orang tua yang baik mengenai pentingnya nilai sarapan akan dapat mempengaruhi perilaku dan mendorong kebiasaan sarapan pagi pada anak.

c. Ketersediaan Makanan Sarapan Pagi

Ketersediaan makanan sarapan di rumah sangatlah penting karena merupakan faktor yang sangat mendukung dan mensupport anak untuk terbiasa sarapan pagi. Jika makanan tersedia setiap hari, khususnya

makanan sarapan tentu si anak faktor psikologis yang akan memberikan pengaruh dalam membentuk pola makan yang sehat pada anak.

d. Jenis Kelamin

Salah satu faktor keluarga yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah jenis kelamin dalam keluarga. Pada masyarakat tradisional, wanita mempunyai status lebih rendah dibandingkan laki-laki, sehingga angka kematian bayi dan malnutrisi masih tinggi pada wanita. Demikian pula dengan pendidikan, masih ditemukan banyak wanita yang buta huruf (Soetjiningsih,1995). Kenyataan ini mengisyaratkan bahwa ada perbedaan peran.

e. Dukungan Keluarga

Orang tua pada dasarnya berkewajiban untuk menyajikan kondisi yang menguntungkan bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi anaknya. Begitu juga dalam hal pemenuhan kebutuhan jasmani, dalam hal ini berkaitan dengan pemenuhan gizi pada makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh anak. Seorang ibu harus pandai mengolah makanan dan memiliki keterampilan sehingga anaknya menyukai makanan yang disajikan di rumah dan tidak jajan (Paramesthi 2011). Terkait juga dengan hal tersebut di atas, jelas bahwa dukungan keluarga khususnya orang tua sangat berperan nyata dalam menciptakan perilaku makan yang positif pada anak, termasuk perilaku sarapan pagi yang baik. Kebiasaan makan yang baik di dalam keluarga biasanya akan diteruskan turun menurun dan menjadi tradisi bagi si anak, sehingga meskipun sudah dewasa atau berpisah dari keluarganya, maka sarapan pagi tetap dilakukan. Dukungan keluarga merupakan hal yang sangat mungkin mempengaruhi perilaku makan anak.

f. Pengetahuan Gizi

Definisi pengetahuan secara luas yaitu hasil penginderaan seseorang melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba terhadap suatu objek tertentu. Selain itu, pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman sendiri atau pengalaman orang lain. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama dibanding tidak didasari dengan pengetahuan

(Notoatmodjo, 2003). Teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo di atas maka semakin baik pengetahuan gizi anak maka diharapkan akan semakin baik pula perilaku makan yang dimiliki oleh anak tersebut. Anak yang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memiliki kesadaran tinggi untuk selalu melakukan kegiatan sarapan pagi setiap harinya. Bukan hanya didasari oleh tradisi keluarga, tetapi lebih dari itu mereka memang benar-benar mengetahui dan memahami manfaat sarapan pagi bagi tubuh mereka. Oleh karena itu, hal ini mencerminkan bahwa sangat penting memberikan pengetahuan gizi pada anak-anak sejak dini.

3. Jenis Sarapan Pagi

Kebiasaan sarapan pagi bersama keluarga berperan dalam perilaku konsumsi sarapan pagi yang lebih baik pada anak. Jenis makanan yang biasa dikonsumsi untuk sarapan pagi pada 45.6% adalah makanan sampingan, 32.4% makanan sampingan dan jajanan, 30.9% nasi dan lauk pauk, dan hanya 1.5% dengan sarapan lengkap (nasi, lauk pauk, sayur, dan minuman). Jenis menu sarapan pagi pada hari sekolah lebih sering berupa makanan sampingan, jajanan, dan minuman; sedangkan pada hari libur berupa nasi lengkap dengan lauk pauk dan sayur. Penelitian Mudjiyanto et al. (1994), jenis sarapan yang banyak dikonsumsi oleh anak adalah nasi dan lauk pauk, nasi goreng, roti dan isi, dan mi instan. Pada hari sekolah berupa makanan sampingan, jajanan, dan minuman lebih banyak dikonsumsi karena harga yang terjangkau (Sari, 2016).

4. Manfaat Sarapan Pagi

a. Meningkatkan Konsentrasi dan Prestasi

Pengaruh orang tua terutama ibu dalam membentuk kebiasaan sarapan sangat penting. Anak usia sekolah dasar memerlukan bimbingan orangtua dalam membentuk kebiasaan mereka. Ibu sangat berperan dalam menyiapkan menu sarapan yang baik untuk keluarga. Jika sejak dini diajarkan anak sekolah mengkonsumsi makanan sehat, mereka akan memiliki modal fisik bagus dan nutrisi otak yang cukup (Meriska, 2014)

Asupan nutrisi optimal akan memberikan status gizi baik yang selanjutnya dapat memengaruhi prestasi belajar dan fungsi kognitif. Seperti ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Gajre, Ghazi dan Rampesaud yang melaporkan bahwa kelompok anak dengan kebiasaan sarapan berpengaruh pada konsentrasi, memori, dan prestasi belajar(Khalida, 2016).

b. Menurunkan Resiko Obesitas

Melewatkan sarapan dapat berisiko untuk menjadi obesitas dan memiliki gangguan kesehatan. Obesitas dapat terjadi karena ketika anak tersebut melewati sarapan dan merasa lapar maka mereka akan mengkonsumsi makanan berkalori lebih tinggi yang didapatkan dari makanan jajanan. Penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang terbiasa melewati sarapan akan memiliki risiko 3 kali lebih tinggi untuk ngemil dan sulit mengontrol nafsu makan mereka sehingga dapat menyebabkan obesitas (Merisk, 2014)

c. Mempengaruhi Kemampuan Fisik

Sarapan juga sangat berpengaruh untuk kerja sistem tubuh anak. terutama dalam hal pemenuhan zat gizi yaitu dengan terpenuhinya zat gizi dalam tubuh maka dapat menunjang pertumbuhan fisik, pertumbuhan otak, dan kemampuan kerja otak. Cadangan energi yang rendah akan berdampak pada penurunan produktivitas dan prestasi belajar pada anak sekolah sebagai akibat kekurangan gizi (Ethasari, 2014). Dalam jangka panjang kekurangan energi akan menyebabkan energi yang buruk. Gejala yang ditimbulkan pada anak adalah kurang konsentrasi, lemas, lesu, pusing, mengantuk dan penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit serta berdampak pada tekanan darah rendah dan anemia (Sartika, 2012).

d. Status gizi yang normal

Bagi anak yang tidak sarapan mempunyai risiko terhadap status gizi. Anak yang tidak sarapan akan cenderung mengkonsumsi makanan jajanan. Jajan yang terlalu sering dapat mengurangi nafsu makan anak di rumah. Selain itu banyak makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan

sehingga akan mengganggu kesehatan anak. Makanan jajanan yang dibeli atau dikonsumsi banyak mengandung energi dan lemak seperti makanan gorengan dan lain-lain yang berpeluang menjadi gemuk sedangkan kalau jajanan yang dibeli seperti makanan ringan, es, permen yang memiliki kalori sedikit sehingga kalau ini dikonsumsi tiap hari maka anak akan menjadi gizi kurang (Ethasari, 2014)

D. Prestasi Belajar

1. Definisi Prestasi Belajar

Pengertian prestasi belajar yaitu hasil yang dicapai oleh seseorang dalam usaha belajar sebagaimana yang dinyatakan dalam raport Poerwanto (2007). Selanjutnya Winkel (1997) mengatakan bahwa prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajar sesuai dengan bobot yang dicapainya. Sedangkan menurut Nasution, S (1987) prestasi belajar adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat, prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif, afektif dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut (Ghullam, 2011).

Prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru (Hasbullah, 2000).

Prestasi belajar merupakan gambaran keberhasilan murid dalam belajar. Faktor kesehatan yang dapat mempengaruhi prestasi belajar anak terkait dengan tingkat konsumsi pangan dan pola makan anak yang dapat mempengaruhi kecukupan zat gizinya (energy dan protein). (Almatsier, 2009).

Prestasi belajar penting bagi siswa, karena prestasi belajar akan menentukan kemampuan siswa dan menentukan naik tidaknya siswa ketingkat yang lebih tinggi. Sardiman (2002) menyatakan bahwa prestasi

adalah bukti keberhasilan usaha yang dapat dicapai. Salah satu cara menilai kualitas seorang anak dengan melihat prestasi belajarnya di sekolah. Hasil prestasi belajar bersifat dokumentatif. Sarapan pagi adalah keadaan untuk mengkonsumsi hidangan utama pada pagi hari. Waktu sarapan dimulai dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi.

Sarapan pagi berperan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, karena dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran di sekolah, sehingga prestasi belajar menjadi baik. Pada umumnya sarapan pagi memberikan kontribusi energi sebesar 25% dari kebutuhan gizi sehari. Selama proses pencernaan, karbohidrat di dalam tubuh dipecah menjadi molekul gula sederhana, seperti fruktosa, galaktosa dan glukosa. Glukosa merupakan bahan bakar otak sehingga membantu dalam mempertahankan konsentrasi, meningkatkan kewaspadaan, dan memberi kekuatan untuk otak (Azwar, 2002; Parreta, 2009).

Tetapi prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi, masih banyak faktor lain yaitu faktor internal yang terdiri dari faktor intelegensi, minat, keadaan fisik dan psikis dan faktor eksternal yang terdiri dari lingkungan keluarga, keadaan sekolah dan sumber-sumber belajar (Merryana, 2014)

2. Fungsi Utama Prestasi Belajar

Adapun fungsi utama dari prestasi belajar adalah:

- a. Prestasi belajar sebagai indikator kualitas dan kuantitas pengetahuan yang telah di kuasai anak didik.
- b. Prestasi belajar sebagai lambang pemuasan hasrat ingin tahu.
- c. Prestasi belajar sebagai bahan informasi dalam inovasi pendidikan.
- d. Prestasi belajar sebagai indikator intern dan ekstern dari suatu institusi pendidikan.

e. Prestasi belajar dapat di jadikan indikator terhadap daya serap (kecerdasan) anak didik(Nursalam, 2016 & Fallis, 2013).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Para pakar dibidang pendidikan dan psikologi mencoba mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Dengan diketahuinya faktor-faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar, para pelaksana maupun pelaku kegiatan belajar dapat memberi intervensi positif untuk meningkatkan hasil belajar yang akan diperoleh. Secara implisit, menurut Munadi dalam Rusman, ada dua faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal meliputi faktor fisiologis, yaitu kondisi jasmani dan keadaan fungsi-fungsi fisiologis. Faktor fisiologis sangat menunjang atau melatar belakangi aktivitas belajar. Keadaan jasmani yang sehat akan lain pengaruhnya dibanding jasmani yang keadaannya kurang sehat. Untuk menjaga agar keadaan jasmani tetap sehat, nutrisi harus cukup. Hal ini disebabkan, kekurangan makanan akan mengakibatkan keadaan jasmani lemah yang mengakibatkan mengantuk dan lelah.

b. Faktor Eksternal

Faktor- faktor eksternal, yaitu faktor dari luar diri siswa yang ikut mempengaruhi belajar siswa, yang antara lain berasal dari orang tua, sekolah, dan masyarakat.

1. Faktor yang berasal dari orang tua

Faktor yang berasal dari orang tua ini utamanya adalah sebagai cara mendidik orang tua terhadap anaknya. Dalam hal ini dapat dikaitkan suatu teori, apakah orang tua mendidik secara demokratis atau tidak. Dalam mendidik anak bersosialisasi dikenal 2 teori populer yaitu refresif dan partisipatoris. Refresif cenderung menempatkan keinginan orang tua menjadi penting di mana komunikasi berjalan satu arah. Sedangkan sosialisasi partisipatoris menempatkan keinginan anak menjadi penting. Dengan

demikian komunikasi berjalan dua arah atau seimbang. Pada refresif kepatuhan anak terhadap orang tua menjadi prioritas.

2. Faktor yang berasal dari sekolah

Faktor yang berasal dari sekolah, dapat berasal dari guru, mata pelajaran yang ditempuh, dan metode yang diterapkan. Faktor guru banyak menjadi penyebab kegagalan belajar siswa, yaitu yang menyangkut kepribadian guru, kemampuan mengajarnya terhadap mata pelajaran, karena kebanyakan siswa memusatkan perhatiannya kepada yang diminati saja, sehingga mengakibatkan nilai yang diperolehnya tidak sesuai dengan yang diharapkan. Padahal keterampilan, kemampuan, dan kemauan belajar siswa tidak dapat dilepaskan dari pengaruh atau campur tangan orang lain.

3. Faktor yang berasal dari masyarakat

Siswa tidak lepas dari kehidupan masyarakat. Faktor masyarakat bahkan sangat kuat pengaruhnya terhadap pendidikan siswa. Pengaruh masyarakat bahkan sulit dikendalikan. Mendukung atau tidak mendukung perkembangan siswa, masyarakat juga ikut mempengaruhi (Jamil,I.M 2016).

4. Prinsip-Prinsip Belajar

Prinsip-prinsip belajar ada beberapa macam yaitu sebagai berikut.

- a. Dalam belajar setiap siswa harus di usahakan partisipasi aktif, meningkatkan minat dan membimbing untuk mencapai tujuan instruksional.
- b. Belajar bersifat keseluruhan dan materi itu harus memiliki struktur, penyajian yang sederhana, sehingga siswa mudah menangkap pengertiannya.
- c. Belajar harus dapat menimbulkan reinforcement dan motivasi yang kuat pada siswa untuk mencapai tujuan instruksional.
- d. Belajar itu proses kontinyu, maka harus tahap demi tahap menurut perkembangannya.
- e. Belajar adalah proses organisasi, adaptasi, eksplorasi dan discovery.
- f. Belajar harus dapat mengembangkan kemampuan tertentu sesuai dengantujuan instruksional yang harus di capainya.

g. Belajar memerlukan sarana yang cukup sehingga siswa dapat belajar dengan tenang.(Nursalam, 2016 & Fallis, 2013)

E. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan sarapan pagi dengan prestasi belajar anak, karna sarapan pagi berperan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran disekolah sehingga prestasi belajar meningkat, jika tidak sarapan pagi dapat menyebabkan kurangnya kemampuan untuk konsentrasi belajar pada anak, menimbulkan rasa lelah dan mengantuk dan dapat memiliki resiko gangguan kesehatan yang menyebabkan menurunnya kadar gula seperti: keringat dingin, kesadaran menurun, pingsan sehingga konsentrasi belajar menjadi menurun dan dapat mempengaruhi tingkat prestasi belajar anak(Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020)

Hasil penelitian anak sekolah usia 6-12 tahun anak lebih banyak aktivitasnya, baik di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tetapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi.

Kebiasaan sarapan yang baik tentunya terbukti dalam meningkatkan prestasi belajar anak disekolah,karna dengan adanya sarapan pagi tubuh akan menghasilkan energi sehingga anak tidak akan merasa lemas dan mengantuk di sekolah serta yang mana energi tersebut juga digunakan oleh anak untuk lebih fokus dan berkonsentrasi dalam menerima pelajaran di sekolah, jika berkonsentrasi dalam belajar maka kita akan mendapatkan prestasi belajar yang bagus di sekolah.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Strategi pencarian literature

Berdasarkan hasil dari lima penelitian yang dikutip dari jurnal yang berkaitan dengan topik sarapan pagi pada table 1 menunjukkan bahwa hasil penelitian Eklesia Sisko Tumiwa (2016). Hasil penelitian ini didapatkan responden memiliki pengetahuan baik tentang sarapan pagi (83,3%) dan prestasi belajar cukup (16,7%). Dalam penelitian ini responden dengan pengetahuan sarapan pagi berada pada kategori baik dan memiliki prestasi belajar baik.

Cahaya Elisabet Penelitian ini menunjukkan bahwa 70% siswa SDN 124400 Pematansiantar sering melakukan sarapan pagi dengan frekuensi 6-7 kali seminggu. Konsumsi sarapan pagi siswa sekolah dasar berdasarkan frekuensi sarapan yang baik, namun kecukupan gizi pada siswa sebagian besar masih berstatus gizi kurang dan tingkat prestasi belajar yang kurang. Untuk semua siswa diharapkan meningkatkan kebiasaannya dan untuk semua orang tua membantu anaknya dalam sarapan.

Oktifani Devi Lasidi(2018) hasil penelitian ini menunjukkan 23 responden gizi kurang 23 responden cukup. 25 responden kurang. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara status gizi dan kualitas sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa kelas IV dan V.

Ringgo Alfarisi penelitian ini menunjukkan nilai $p < 0,000$ ($\leq 0,05$)OR =14. Terdapat hubungan yang signifikan an Semakin rutin anak sarapan pagi akan semakin baik pula prestasi belajarnya.

Sandri penelitian (2015) penelitian ini menunjukkan $p \text{ value} = 0,023 < 0,05$. Kesimpulan bahwa Semakin rutin anak sarapan pagi akan semakin baik pula prestasi belajarnya.

Tabel 1. Artikel Penentuan Judul

No	Penulis / judul	Desain penelitian analisis data	Tujuan	Hasil	Kesimpulan
1	Eklesia Sisko Tumiwa Hubungan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Di SD Inpres Talikuran Kecamatan Kawangkoa Utara	Cross sectional	Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Anak di SD INPRES	Responden memiliki pengetahuan baik tentang sarapan pagi (83,3%) dan prestasi belajar cukup (16,7%)	Dalam Penelitian ini responden dengan pengetahuan sarapan pagi berada pada katagori baik dan memiliki prestasi belajar baik.
2	Cahaya Elisabet Gambaran Komsumsi Sarapan Pagi, Status Gizi Dan Tingkat Prestasi Belajar Anak SD Negeri 124400 Pematang siantar	Cross sectional	Untuk lihatlah konsumsi sarapan pagi, status gizi, dan tingkat prestasi belajar siswa SDN 124400 Pematangsiantar	Penelitian ini menunjukkan bahwa 70% siswa SDN 124400 Pematansiantar sering melakukan sarapan pagi dengan frekuensi 6-7 kali seminggu.	Konsumsi sarapan pagi siswa sekolah dasar berdasarkan frekuensi sarapan yang baik, namun kecukupan gizi pada siswa sebagian besar masih berstatus gizi kurang dan tingkat prestasi belajar yang kurang. Untuk semua siswa diharapkan meningkatkan kebiasaan sarapannya dan untuk semua orang tua membantu anaknya dalam sarapan
3	Oktifani Devi Lasidi Hubungan Status Gizi Dan Kualitas Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV	Cross Sectional	Mengetahui hubungan status gizi dan kualitas sarapan pagi dengan prestasi	23 responden gizi kurang 23 responden cukup. 25 responden	Ada hubungan antara status gizi dan kualitas sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri 21 Manado.

	Dan V Di SD Negri 21 Manado		belajar siswa di SD Negeri 21 Manado.	kurang	
4	Ringgo Alfarisi Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 01 Rajabasa Bandar Lampung The Morning	Cross sectional.	Mengetahui adakah hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri 01 Rajabasa di Bandar Lampung.	Nilai p 0,000 ($\leq 0,05$) OR = 14.	Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa-siswi SDN 01 /
5	Sandri Rutinitas Sarapan Pagi Meningkatkan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah	cross sectional.	Untuk mengetahui hubungan rutinitas sarapan pagi dengan prestasi belajar anak usia sekolah.	p value = 0,023 < 0,05	Semakin rutin anak sarapan pagi akan semakin baik pula prestasi belajarnya.

1. Protokol pencarian literature

Rangkuman menyeluruh dari *literature review* adalah tentang hubungan pengetahuan gizi tentang sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar. Protokol pencarian *literature review* menggunakan tabel PRISMA checklist untuk menseleksi studi yang telah ditentukan dan disesuaikan dengan tujuan *literature review*. *Checklist* diawali dengan melakukan identifikasi dan skrining berdasarkan duplikasi, judul dan membaca abstrak. Waktu pencarian literature dilakukan bulan Oktober 2020.

2. Database pencarian

Pencarian literatur dilakukan pada bulan Oktober 2020. Mesin pencarian Literatur yang digunakan adalah PubMed, DOAJ, Portal Garuda dan Google Scholar. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari hasil peneliti terdahulu. Sumber data diperoleh dari jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional yang dipublikasi dari 2015 hingga 2020.

3. Kata Kunci

Kata kunci yang digunakan mengikuti topik penelitian. Untuk artikel bahasa Indonesia menggunakan kata kunci, pengetahuan sarapan pagi, prestasi belajar anak sekolah dasar, makan pagi anak sekolah, sarapan pagi dan prestasi belajar anak sekolah dasar dan untuk bahasa Inggris; knowledge of breakfast with learning achievement of elementary school children.

4. Kriteria Inklusi dan eksklusi

Kriteria pencarian pustaka diawali dengan duplikasi kemudian judul dan kesesuaian abstrak. Pada tahap duplikasi, artikel yang dicari dengan PubMed, sedangkan seleksi judul dilakukan dengan cara membaca secara cepat. Judul-judul artikel yang relevan akan disisihkan untuk dibaca bagian abstraknya.

Kemudian kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan tabel PICOS (*population/problem, intervention, comparator, outcome dan study design*). Apabila jumlah artikel masih terlalu banyak, maka peneliti menambah kriteria

eksklusi seperti kelengkapan *full text*, tingkat kesulitan analisis dan indeks jurnal, tahun terbit dan bahasa. PICOS *framework*, terdiri dari :

- a. *Population/problem* yaitu populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam literature review.
- b. *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
- c. *Comparison* yaitu intervensi atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembandingan. Jika tidak ada bisa menggunakan kelompok control dalam studi yang terpilih.
- d. *Outcome* yaitu hasil atau iuran yang diperoleh pada studi terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
- e. Study design yaitu desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan di review.

Tabel 2. Kriteria inklusi dan eksklusi berdasarkan PICOS

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Populasi/Problem	6 - 12 tahun	anak sekolah dasar
Intervensi	Tidak ada intervensi	<i>Ada intervensi</i>
Comparasi	Tidak ada pembandingan	<i>Ada pembandingan</i>
<i>Study Design</i>	<i>Cross Sectional, dan Case Control</i>	Bentuk lain selain kriteria inklusi
<i>Full Text</i>	<i>Free</i>	Tidak lengkap dan berbayar
Indeks Jurnal	Bereputasi internasional seperti <i>Scopus</i> dan <i>Schimgo</i>	Tidak bereputasi dan SINTA 5 dan 6
Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain Indonesia dan Inggris
Tahun terbit	Mulai tahun 2015-2020	Sebelum 2015

B. Seleksi artikel dan penilaian kualitas

1. Hasil Pencarian dan seleksi artikel

Pencarian menggunakan database; PubMed, DOAJ, Portal GARUDA dan Google Scholar, Pada tahap identifikasi, total jumlah artikel yang muncul sesuai kata kunci yang sudah ditetapkan sebanyak 488 artikel dengan rincian sebagai berikut;

a) Google scholar :

Kata Kunci :

1. Hubungan pengetahuan sarapan = 6.140 artikel
2. Pengaruh sarapan pagi, belajar = 3.970 artikel
3. Pengetahuan sarapan pagi, prestasi belajar anak sekolah dasar = 235 artikel

b) DOAJ

Kata Kunci :

1. Sarapan pagi = 27 artikel
2. Makan pagi anak sekolah = 9 artikel

c) Portal GARUDA

Kata Kunci :

1. Sarapan pagi = 65 artikel
2. Sarapan pagi dan prestasi belajar = 18 artikel

d) Pubmed (SJR)

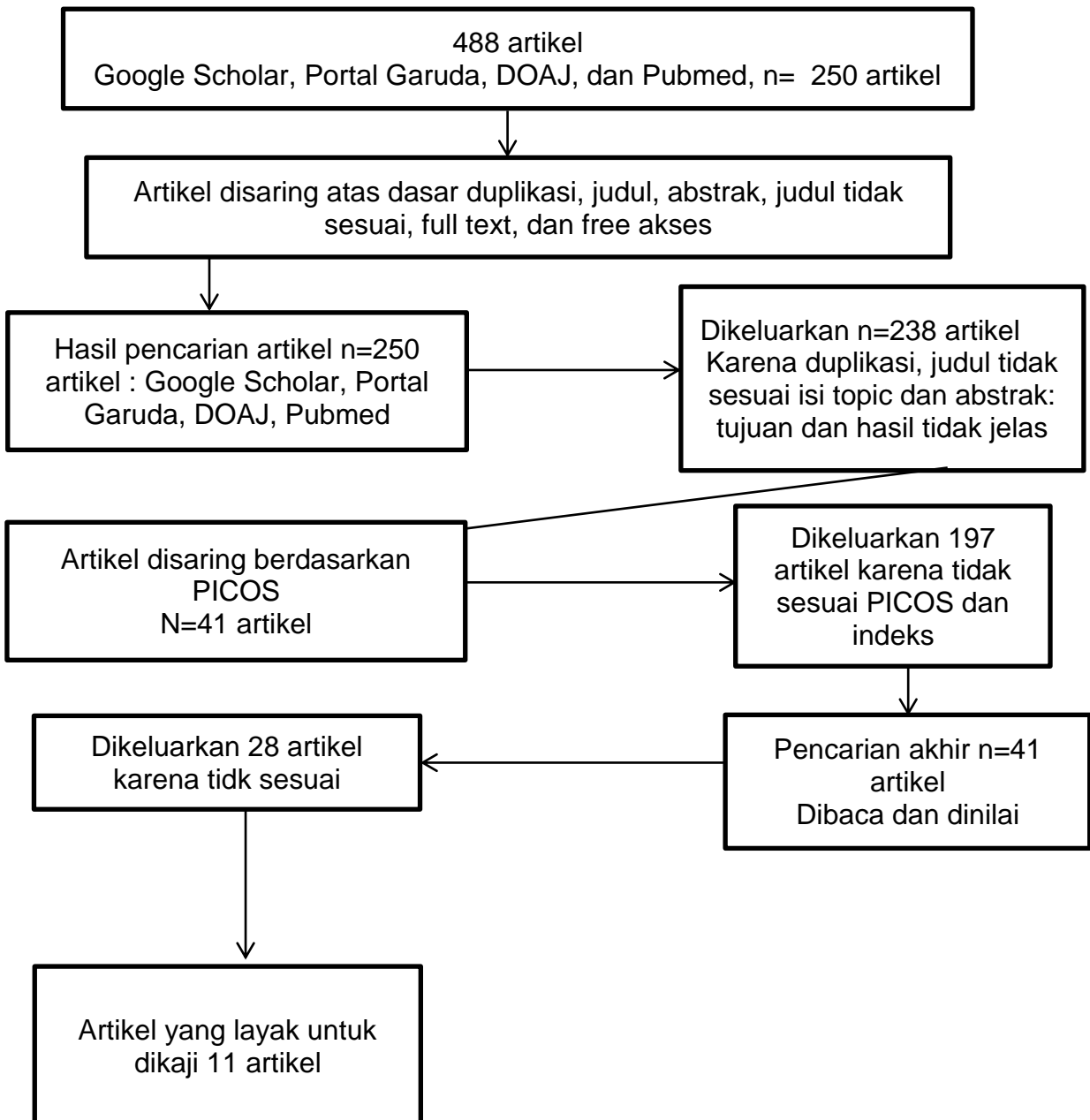
Kata Kunci : knowledge of breakfast with learning achievement of elementary school children = 226 artikel

Untuk melihat apakah jurnal internasional terindeks atau tidak.

Kemudian setelah dilakukan identifikasi berdasarkan judul tidak relevan dengan topik dan abstrak, jumlah artikel yang lain untuk diproses selanjutnya 250 artikel, dimana 238 artikel tidak dapat diteruskan karena tidak layak. Seterusnya 41 artikel diseleksi berdasarkan format PICOS dan beberapa kriteria eksklusi lainnya seperti tahun terbit, indeks jurnal dan bahasa, jumlah artikel yang dikeluarkan sebanyak 197 artikel. Pada penilaian

terakhir (*final assessment*), dilakukan seleksi dengan menilai kualitas artikel. Penulis membaca 41 artikel full text dan memberikan tanda koreksi pada setiap lembar artikel. Akhirnya diperoleh 11 artikel yang relevan untuk dijadikan objek studi. Tahapan seleksi artikel menggunakan tabel Prisma sebagai gambar berikut:

Gambar 1. Tahapan Pencarian Artikel



2. Hasil Penilaian Kualitas Artikel

Penilaian kualitas artikel dilakukan menggunakan appraisal checklist yang terdiri dari 12 kriteria, dimana 41 artikel dinilai kualitasnya masing-masing kriteria diberi nilai Ya dan Tidak. Artikel yang mendapat dinilai >75% masuk dalam kriteria inklusi atau memenuhi kualitas dan dibawah

**Table 3. Master Tabel
Kualitas Artikel Menggunakan Appraisal Checklist**

NO	KRITERIA APPRAISAL CHECKLIST
1.	Apakah teori yang digunakan masih sesuai atau sudah kadaluarsa ?
2.	Apakah teori yang digunakan mempunyai kredibilitas yang tinggi ?
3.	Apakah desain penelitian sesuai dengan tujuan penelitian ?
4.	Apakah populasi sesuai dengan tujuan penelitian ?
5.	Apakah sampel/responden sesuai tujuan penelitian ?
6.	Apakah perhitungan jumlah sampel sesuai kaidah perhitungan ?
7.	Apakah variable yang ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian?
8.	Untuk studi epidemiologi/experiment, Apakah ada kontrol untuk variable perancu (confounder)?
9.	Apakah instrument yang digunakan memiliki sensitivitas dan spesifisitas?
10.	Jika menggunakan kuesioner, apakah kuesioner disusun berdasarkan teori atau kaidah penyusunan kuesioner?
11.	Untuk studi epidemiologi/experiment Apakah ada uji validitas dan reliabilitas ?
12.	Apakah analisis data sesuai kaidah analisis dan tujuan penelitian ?

Table 4. Master Tabel
Hasil Penilaian Kualitas Artikel Menggunakan Appraisal Checklist

No	Penulis	Kriteria												Hasil (%)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Sukinarti (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	-	Ya	Ya	-	Ya	83
2	Hardinsya (2012)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	83
3	Fatharani (2017)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	83
4	Khairul Anam (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	75
5	Retno (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
6	Marlenywati (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
7	Akhmad Murjani (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	83
8	Irina Meriska (2016)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
9	Elda Khalida (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	83
10	Septianto (2013)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	75
11	Yuni Yanti Mariza (2013)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	83

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Artikel

Karakteristik adalah sifat batin yang mempengaruhi segenap pikiran, perilaku, budi pekerti, dan tabiat yang dimiliki manusia. Sedangkan karakteristik artikel berdasarkan penulis, tahun terbit, judul, nama jurnal dan indeks jurnal yang terdapat pada 11 artikel dapat dilihat pada table 5.

Table 5. karakteristik artikel

NO	Penulis dan Tahun Terbit	Judul	Nama Jurnal	Indeks Jurnal
1	Sukinarti et al., (2015), Google Schorol	Kebiasaan makan pagi anak usia sd dan hubungannya dengan tingkat kesehatan dan prestasi belajar	Jurnal Pendidikan	S2
2	Hardinsya et al, (2012), DOAJ	Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6—12 Tahun Di Indonesia	Jurnal Gizi dan Pangan	DOAJ
3	Fatharani Rozanah et al., (2017), Google Scholar	Efektifitas Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Pengetahuan Gizi , Frekuensi Sarapan, Dan Asupan Energi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Beji 01 Kabupaten Semarang	Jurnal Rizet Gizi	S4
4	Khairul Anam et al., (2018), Google Scholar	Status Gizi, Perilaku Dan Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah Ahmad Denan Banjarmasin Tahun 2018	Jurnal Gizi	Google Scholar
5	Retno et al., (2018), Google Scholar	Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta	Jurnal Gizi	S3
6	Marlenywati.,	Hubungan Antara status	Jurnal Gizi	Google

	(2015), Google Schoral	gizi, kebiasaan sarapan pagi , aktifitas fisik dan gangguan kesehatan dengan prestasi belajar anak sekolah dasar		Schoral
7	Akhmad murjani et al., (2018), Google Schoral	Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SDN 1 Batuhan Kecamatan Hilir Kabupaten Bumbu	Jurnal Kesehatan	Google Schoral
8	Irina Meriska et al., (2016), Google Schoral	Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar	Jurnal Kesehatan	DOAJ
9	Elda Khalida et al., (2015), Google Schoral	Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar dan Fungsi Kognitif pada Anak Sekolah Dasar	Jurnal Kesehatan	Google Schoral
10	Septiano et al., (2017), Google Schoral	Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Usia 7-8 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Merjosari 02 Kecamatan Lowokwaru Malang	Jurnal Keperawat an	Google Schoral
11	Yuni Yanti Mariza et al., (2013), Google Schoral	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang	Journal of Nurtition College	S1

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa 100% artikel berbahasa Indonesia lokasi juga berada di Indonesia dan terakreditasi Sinta, Google Schoral dan DOAJ. Sebanyak sembilan artikel menyimpulkan bahwa adanya Sukinart (2015) Google Schoral, Khairul Anam (2018) Google Schoral, Marlenywati (2018) Google Schoral, Elda Khalida (2015) DOAJ, Septianto (2017) Google Schoral Sedangkan hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar Akhmad murjani (2018) Google Schoral, Retno (2018) Google Schoral, satu artikel menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan sarapan pagi dengan prestasi Hardinsya (2012) DOAJ, Fatharani (2017) Google Scholar,

Irina Meriska (2016) Google Scholar, Yuni Yanti Mariza (2013) Google Scholar.

2. Karakteristik Sampel

Karakteristik artikel berdasarkan penulis, tahun terbit, teknik pemilihan sampel, sampel dan jumlah sampel yang terdapat pada 11 artikel disajikan pada table 6.

Table 6. Karatristik Sampel

N0	Nama Penulis, Tahun	Metode Penelitian	Jumlah	Sampel
1	Sukinarti,(2015)	Survai, dokumentasi dan wawancara	60 orang	Anak SD kelas 2
2	Hardinsya,(2012)	Data sekunder	70 orang	Anak usia sekolah (6—12 tahun).
3	Fatharani,(2017)	Data primer dan sekunder	60 orang	Sekolah dasar
4	Khairul Anam,(2018)	Ovservasi	37 orang	Siswa madrasah ibtidaiyah ahmad denan
5	Retno,(2018)	Sampling simple random sampling	56 orang	Anak sekolah dasar usia 9-12 tahun
6	Marlenywai, (2015)	Observasional dengan pendekatan crossectional	132 orang	Anak sekolah dasar
7	Akhmad murjani,(2018)	Probability sampling	61 orang	Anak sekolah dasar kelas 3,4 dan 5
8	Irina Meriska,(2016)	uji chi square dan regresi logistik.	106 orang	Anak sekolah dasar kelas 4, 5 dan 6
9	Elda Khalida,(2015)	Uji chi- square pearson dan excacat	164 orang	Anak sekolah dasr kelas 5 dan 6
10	Septianto,(2013)	Cross sectional	40 orang	Anak sekolah dasar kelas 2
11	Yuni Yanti Mariza,(2013)	Case control	32 orang	Anak sekolah dasr kelas 3, 4, 5 dan 6

Berdasarkan Tabel 6. Terlihat bahwa karakteristik sampel dari 11 artikel penulisan Literature review hubungan sarapan pagi dengan prestasi

belajar anak sekolah dasar, sampel terkecil adalah Yuni Yanti Mariza (2013) 32 orang, Khairul Anam (2018) 37 orang, Septianto (2013) 40 orang, Retno (2018) 56 orang dan sampel terbanyak adalah Elda Khalida (2015) 164 orang, Irina Meriska (2016) 106, Marlenywai (2015) 132 orang, Hardinsya (2012) 70 orang, Sukinarti (2015) 60 orang, Fatharani (2017) 60 orang, Akhmad murjani (2018) 61 orang. Responden yang lebih banyak dikaji adalah anak sekolah dasar yang kelas 4-6. Metode Penelitian sampel responden menggunakan teknik simple random sampling.

3. Distribusi Sarapan Pagi

Sarapan pagi dalam kamus besar bahasa Indonesia sebagai makanan yang berpengaruh untuk perkembangan otak. Dimana otak butuh nutrisi dan oksigen. makanan akan dicerna di tubuh disampaikan keseluruh tubuh, sel, jaringan yang saraf. ada, dan

Distribusi sarapan pagi berdasarkan kataori baik, cukup, kurang terhadap 7 artikel terhadap anak sekolah dasar dapat dilihat pada tabel 7.

Table 7. Distribusi sarapan pagi

No	Nama autor, tahun	Sarapan Pagi					
		Baik	%	Cukup	%	Kurang	%
1	Sukinarti (2015)	50	89,66	5	5,17	5	5.17
2	Khairul Anam (2018)	9	24,32	20	54,06	8	21,62
3	Retno (2018)	44	78,6	12	21,4	-	-
4	Marlenywai (2015)	91	68,9	41	31,1		
5	Septianto (2017)	29	72,5	11	27,5	-	-
6	Yuni Yanti Mariza (2013)	19	59,37	13	40,62	-	-
7	Akhmad Murjani (2018)	7	11	31	51	23	38

Berdasarkan Tabel 7. Pada 7 artikel tersebut terdapat 5 artikel yang menggambarkan lebih banyak sarapan pagi dari pada yang tidak sarapan pagi yaitu artikel Sukinarti (2015) baik 89,66%, cukup 5,17%, kurang 5,17%

Retno (2018) baik 78,6, cukup 21,4%, Marlenywai (2015) baik 68,9, cukup 31,1 Sedangkan 4 Artikel lainnya lebih banyak menggambarkan tidak sarapan pagi terdapat pada Khairul Anam (2018) baik 24,32%, cukup 54,06%, kurang 21,62%, Septianto (2017) baik 72,5, cukup 27,5%, Yuni Yanti Mariza (2013) baik 59,37%, cukup 40,62% dan Akhmad Murjani (2018) baik 11%, cukup 51%, kurang 38%.

4. Distribusi prestasi

Prestasi belajar yaitu hasil yang dicapai oleh seseorang dalam usaha belajar sebagaimana yang dinyatakan dalam raport Poerwanto (2007). Selanjutnya Winkel (1997) mengatakan bahwa prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajar sesuai dengan bobot yang dicapainya.

Distribusi prestasi belajar sarapan pagi dan tidak sarapan pagi yang terdapat di 4 artikel dapat dilihat pada tabel 8.

Table 8. Distribusi prestasi belajar

No	Nama Penulis, tahun	Prestasi Belajar					
		Baik	%	Cukup	%	Kurang	%
1	Akhmad Murjani (2018)	39	64	22	36	-	-
2	Retno (2018)	48	85,7	8	14,3	-	-
3	Khairul Anam (2018)	17	45,95	20	54,05	-	-
4	Septianto (2017)	14	35	24	60	2	5

Berdasarkan tabel 8. Pada 4 artikel tersebut terdapat 2 artikel yang menggambarkan lebih banyak prestasi belajar kategori baik dari pada prestasi belajar katagori baik, cukup dan katagori kurang yaitu artikel Akhmad Murjani (2018) baik 39 orang 64%, cukup 22 orang 36%, Retno (2018) baik 48 orang 85,7%, cukup 8 orang 14,3% Sedangkan artikel Khairul Anam (2018) baik 17 orang 45,95%, cukup 20 orang 54,05% dan Septianto (2017) baik 14 orang 35%, cukup 24 orang 60 %, kurang 2 orang 5%.

5. Identifikasi Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar

Identifikasi sarapan pagi dengan prestasi belajar terdapat pada 4 artikel seperti pada table 9

Table 9. indentifikasi sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar

No	Nama Penulis, tahun	P-Value	Hasil
1	Akhmad Murjani (2018)	0,002	Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa SDN 1 Batuah Kecamatan Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank dengan p-value $0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_a diterima
2	Marlenywati(2015)	0,025	Ada hubungan antara variable kebiasaan sarapan pagi (0,001) dan gangguan kesehatan (p value=0,025) dengan prestasi belajar
3	Septianto(2017)	0.05	Penelitian didapatkan sebagian besar (72,5) sarapan pagi yang dilakukan responden dengan baik sebanyak 29 orang. Hasil nilai p value = $0,00 < \alpha (0.05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sarapan pagi dengan prestasi belajar
4	Retno (2018)	1,000	Penelitian diperoleh sebagian besar siswa melakukan sarapan pagi sebesar 85,7% dengan nilai rata-rata $84,25 \pm 7,41$ SD. Hasil diperoleh nilai p =1,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan kebiasaan sarapan pai dengan prestasi belajar siswa SD

Berdasarkan table 9. terlihat bahwa dari 11 artikel penulisan Literature review sarapan pagi dengan prestasi, terdapat 3 artikel yang membahas tentang hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar. Pada artikel penulis Akhmad Murjani (2018) dengan nilai p 0,00 dengan hasil

Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa SDN 1 Batuah Kecamatan Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank dengan p-value $0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_a diterima.

Marlenywati (2015) P-Value hasil Ada hubungan antara variable kebiasaan sarapan pagi (0,001) dan gangguan kesehatan (p value=0,025) dengan prestasi belajar

Septianto (2017) dengan nilai p 0.025 dengan hasil penelitian Penelitian didapatkan sebagian besar (72,5) sarapan pagi yang dilakukan responden dengan baik sebanyak 29 orang. Hasil nilai p value = $0,00 < \alpha (0.05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sarapan pagi dengan prestasi belajar.

Pada artikel penulis Retno (2018) dengan nilai p 10,00 dengan hasil Penelitian diperoleh sebagian besar siswa melakukan sarapan pagi sebesar 85,7% dengan nilai rata-rata $84,25 \pm 7,41$ SD. Hasil diperoleh nilai p =1,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa SD.

Sarapan pagi merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik agar dapat berkonsentrasi di sekolah. Ketika bangun pagi, gula darah dalam tubuh kita rendah karena semalaman tidak makan. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi di sekolah. Oleh karenanya bagi anak sekolah, kebiasaan sarapan pagi bisa membantu memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. 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 (Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020).

6. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar

Hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar dapat dilihat pada tabel 10.

Table 10. hubungan sarapan pagi dengan prestasi anak sekolah dasar

Kebiasaan Sarapan Pagi	Sarapan	Prestasi belajar						Total	
		Baik		Cukup		Kurang			%
			%		%		%		
Akhmad Murjani (2018)	Baik	6	85,7	1	14,3	-	-	7	100
	Cukup	24	77,4	7	22,6	-	-	31	100
	Kurang	9	39,1	14	60,9	-	-	23	100
Septianto(2017)	Baik	13	32,5	15	37,5	1	2,5	29	72,5
	Cukup	1	2,5	9	22,5	1	2,5	11	27,5
	Kurang	0	-	0	-	0	-	0	-

Berdasarkan tabel 10. Artikel Akhmad Murjani (2018) menggambarkan hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa di SDN 1 Batuah. Hasil statistik hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar menunjukkan bahwa, pada responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar baik sebanyak 6 responden, responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi cukup dan prestasi belajar baik sebanyak 24 responden, responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi baik dan prestasi belajar cukup sebanyak 1 responden, responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi cukup dan prestasi belajar cukup sebanyak 7 responden, responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi kurang dan prestasi belajar baik sebanyak 9 responden, dan responden yang memiliki kebiasaan sarapan pagi kurang dan prestasi belajar cukup sebanyak 14 responden.

Artikel Septianto (2017) Berdasarkan Tabel 7. Didapatkan dari 72,5% responden yang melakukan sarapan pagi dengan kategori baik didapatkan 32,5% responden mempunyai prestasi belajar baik, 37,5% responden mempunyai prestasi belajar cukup dan 2,5% responden mempunyai prestasi belajar kurang dan lebih dari separuh responden (60%) yang mempunyai prestasi belajar baik didapatkan 37,5% diantaranya melakukan sarapan pagidengan kategori baik dan 22,5% melakukan sarapan pagidengan kategori cukup.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Dari 7 artikel, ada 2 artikel menggambarkan sarapan pagi anak sekolah dasar masih terdapat pada katagori kurang.
2. Dari 4 artikel, ada 1 artikel menggambarkan prestasi belajar anak sekolah dasar masih terdapat pada katagori kurang.
3. Berdasarkan 11 artikel menggambarkan hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak sekolah dasar. 2 artikel prestasi belajar menunjukkan bahwa, pada sarapan pagi dan prestasi belajar katagori cukup, kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar katagori baik, dan kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar kurang.

B. Saran

1. Perlu adanya pendidikan kesehatan yang berhubungan dengan sarapan pagi sehingga siswa dapat memahami keadaan yang dialaminya, pengenalan gizi seimbang dan kepada siswa untuk membiasakan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah sehingga akan berpengaruh dengan prestasi belajar.
2. Diharapkan kepada orang tua siswa hendaknya memberikan perhatian dan mengingatkan betapa pentingnya sarapan pagi kepada anak

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad Murjani,, Basid, A., & Hardiyanti, M. (2018). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SDN 1 Batuah Kecamatan Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu. *Jurkessia*, Vol. IX(November 2018), 45–52.
- Azwar, A. 2002. Ilmu kesehatan Masyarakat. Rineka Cipta: Jakarta
- Ethasari, R. K., & Nuryanto, N. (2014). Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Kesegaran Jasmani Dan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Negeri Padangsari 02 Banyumanik. *Journal of Nutrition College*, 3(3), 346–352. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i3.6587>
- Elda Khalida., Fadlyana, E., & Somasetia, D. H. (2016). Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar dan Fungsi Kognitif pada Anak Sekolah Dasar. *Sari Pediatri*, 17(2), 89. <https://doi.org/10.14238/sp17.2.2015.89-94>
- Fatharani Roznah..(2017). Efektifitas Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Pengetahuabn GIZI, Dan Asupan Energi Pada Siswa Sekolah Dasar Negri Beji 01 Kabupaten Semarang, 66, 37–39.
- Gemily, S. C., & Aruben, R. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Dan Kualitas Sarapan Siswa Kelas V Di Sdn Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3), 246–256.
- Hardinsyah, H., & Aries, M. (2016). Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6—12 Tahun Di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 89. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.89-96>
- Ika, N. (2019). Determinant of Nutritional Status in Infants Ika Nopa Gizi yang baik adalah landasan kesehatan , dengan gizi yang baik akan mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan . Selain itu gizi yang baik juga menurunkan kesakitan , kecacatan , dan kematian sehing. *Wawasan Kesehatan: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 258–262.
- Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, J., Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Negeri, K. S., Bandar Lampung, R., Alfarisi, R., Pinilih, A., & Nur Oktavia Jauhari, P. (2020). The Morning Habits with Student Achievement in Elementary School 01 Rajabasa Bandar Lampung. Juni, 11(1), 164–169. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.237>
- Isti Angraini, D., & Septia Damayanti, A. (2017). Sarapan Meningkatkan Prestasi Belajar pada Anak Usia Sekolah. *Majority*, 6, 113–117.
- Irina Meriska., Pramudho, K., & Murwanto, B. (2014). Perilaku Sarapan Pagi

- Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 5(1), 90–97.
<https://doi.org/10.26630/JK.V5I1.72>
- Jamil, I. M. (2016). Prestasi Belajar Anak. *Ilmiah Pendidikan Anak*, 1(1), 5.
- Khairul Anam, . (2018). Prestasi Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah Ahmad Denan. 90–94.
- Nursalam, 2016, metode penelitian, & Fallis, A. . (2013). 濟無No Title No Title. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Notoatmodjo, Soekidjo, Prof. Dr., 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Paramesti, Mentari. 2011. Peran Orang Tua dan Partisipasi Masyarakat dalam Menjaga Pola Makan Sehat pada Anak. Artikel. Diakses pada tanggal 28 Januari 2014 Pukul 1038 di <http://sosiopage.blogspot.com/2011/peran-orang-tua-dan-partisipasi>
- Rumapea, C. E., Sudaryati, E., & Siagian, A. (2016). Gambaran Konsumsi Sarapan Pagi, Status Gizi dan Tingkat Prestasi Belajar Anak SD Negeri 124400 Pematangsiantar. *Universitas Sumatera Utara*, 00, 1–10.
- Retno Dewi Noviyanti., & Kusudaryati, D. P. D. (2018). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 16(1), 72. <https://doi.org/10.26576/profesi.302>
- Sari, A. F. I., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2016). Kebiasaan Dan Kualitas Sarapan Pada Siswi Remaja Di Kabupaten Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 97. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.97-102>
- Sartika, R. A. D. (2012). Penerapan Komunikasi , Informasi , dan Edukasi Gizi terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar Implementation of Communication , Information , and Education on Nutrition towards Primary School Students Breakfast Behavior. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7 No 2, 76–82.
- Septianto. (2017). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Usia 7-8 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Merjosari 02 Kecamatan Lowokwaru Malang. *Journal Nursing News*, XI(1), 31–37. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/137/171>
- Sukinarti.,D., Dan, K., (2015). Kebiasaan Makan Pagi Anak Usia SD Dan Hubungannya Dengan Tingkat Kesehatan Dan Prestasi BelJAR. 1(1), 315–32
- Soetjningsih., 1995. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: Penerbit Buku

Kedokteran EGC. pp: 1, 29-30, 65-73, 121-6.

- Rahma, F., 2016. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sdn Sawahan I/340 Surabaya. *AntroUnairdotNet*. 5 (3), 576. Tingkat, D., Dan, K., & Belajar, P. (2015). No Title. 1(1), 315–321.
- Tumiwa, E., Sarimin, S., & Ismanto, A. (2016). Hubungan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Di Sd Inpres Talikuran Kecamatan Kawangkoan Utara. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), 106891.
- Walansendow, P., Mulyadi, N., & Hamel, R. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Prestasi Anak Usia Sekolah Di Sd Gmim Tumpengan Sea Dua Kecamatan Pineleng. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(2), 105493.
- Yuni Yanti Mariza, Ghauri, M., Chapman, A. G., & Meldrum, B. S. (2013) Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Sekolah Dasar Di Kecamatan Pendurungan Kota Semarang (1996). 7(9), 1469–1474. <https://doi.org/10.1097/00001756-199606170-00005>

Lampiran 1

13 Artikel Pendukung

N0	Nama Author	Negara/Kota	Tujuan	Desain	Sampel	Judul	Hasil
1	Sukinarti	Wilayah kelurahan pondok benda	Mengidentifikasi seberapa banyak anak sekolah sarapan pagi sebelum berangkat sekolah	Kuantitatif	Anak SD kelas 2	Kebiasaan makan pagi anak usia sd dan hubungannya dengan tingkat kesehatan dan prestasi belajar	Penelitian menunjukkan 89,66% anak selalu sarapan pagi. 43,11% anak tidak sarapan pagi karena bangun kesiangan.
2	Hardinsya	Bogor	Penelitian ini adalah untuk menganalisis jumlah dan jenis makanan dan minuman sarapan serta kontribusinya dalam asupan gizi harian anak usia sekolah (6—12 tahun)	Cross sectional	Anak usia sekolah (6—12 tahun).	Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6—12 Tahun Di Indonesia	Hampir separuh (44.6%) anak usia sekolah sarapan dengan kualitas gizi rendah. Sekitar 44.6%,35.4%,67.8%,85.0%,89.4%, dan 90.3% anak hanya memperoleh gizi <15% AKG dari sarapan berturut turut untuk, energy, protein, vitamin A, zat besi, kalsium dan serat.
3	Fatharani	Semarang	Mengetahui pengaruh gizi, frekuensi sarapan, dan asupan energy sarapan pada siswa sekolah dasar negri beji 01 kabupaten	Experiment	Penelitian sebanyak 30 sampel kelompok perlakuan dan 30 sampel kelompok kontrol	Efektifitas Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Pengetahuan Gizi , Frekuensi Sarapan, Dan Asupan Energi Pada Siswa Sekolah Dasar Negri Beji 01 Kabupaten Semarang	Penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi sebesar 22,7 point skor (95% CI 15,9–29,3) dan meningkatkan frekuensi sarapan sebesar 0,95 kali (95% CI 0,62-1,29) lebih tinggi dibandingkan kelompok

			semarang.				kontrol. Tidak ada pengaruh antara edukasi gizi terhadap asupan energi sarapan ($\beta = 48,78$).
4	Khairul Anam	Banjarmasin	Untuk mengetahui status gizi, perilaku dan kebiasaan sarapan pagi terhadap prestasi belajar.	Observasi	37 orang Siswa	Status Gizi, Perilaku Dan Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah Ahmad Denan Banjarmasin Tahun 2018	Penelitian menunjukkan Status Gizi kurang 86,49%, Status Gizi Normal 13,51%, Perilaku dan kebiasaan sarapan pagi sebagian besar kadangkadangkad sarapan pagi yaitu 54,06%, prestasi belajar sebagian besar pada kategori cukup 54,05%.
5	Retno	Surakarta	Penelitian ini adalah mengetahui hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta.	Cross-sectional.	Uji statistik diperoleh nilai $p = 1,000$	Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta	Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 1,000$. Dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta.
6	Marlenywati	Pontianak	Untuk memperoleh informasi hubungan antara status gizi, kebiasaan sarapan pagi, aktifitas fisik, gangguan kesehatan dengan prestasi belajar.	Cross-sectional.	132 anak sekolah dasar	Hubungan Antara status gizi, kebiasaan sarapan pagi, aktifitas fisik dan gangguan kesehatan dengan prestasi belajar anak sekolah dasar.	Penelitian menunjukkan ada hubungan antara variable kebiasaan sarapan pagi (0,001) dan gangguan kesehatan ($P = 0,025$).
7	Akhmad	Batuah	Untuk mengetahui	Cross	61 responden	Hubungan Kebiasaan	Ada hubungan yang signifikan

	murjani	Kecamatan Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu	dan menganalisis hubungan antara pt sekolah dasar batuhan 1 kecamatan kusan hilir kabupaten tanah bumbu	sectional	dengan menggunakan teknik probability sampling	Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SDN 1 Batuhan Kecamatan Hilir Kabupaten Bumbu	antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa SDN 1 Batuhan Kecamatan Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank dengan p-value $0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_a diterima.
8	Irina Meriska	Kemilang permai	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sarapan pagi anak sekolah dasar di Kelurahan Kemiling Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung Tahun 2013	cross sectional	sampel adalah 106 siswa dan analisis data menggunakan uji chi square dan regresi logistik.	Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar.	Penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan gizi anak ($p=0.001$), ketersediaan makanan untuk sarapan pagi ($p=0.005$), dukungan keluarga ($p=0.001$), dan peran guru ($p=0.001$) dengan perilaku sarapan pagi.
9	Elda Khalida	Bandung	Menganalisis hubungan sarapan dengan prestasi belajar dan fungsi kognitif pada anak sekolah dasar.	Analisis statistik korelasional	164 subjek siswa kelas 5 dan 6 sekolah dasar di Bandung.	Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar dan Fungsi Kognitif pada Anak Sekolah Dasar	Terdapat 164 anak yang memenuhi kriteria penelitian, 28,7% memiliki kebiasaan sarapan dan 71,3% tidak sarapan. Dari hasil analisis didapatkan hubungan yang bermakna antara sarapan dengan prestasi belajar matematika ($p=0,015$), sarapan dengan prestasi

							belajar bahasa Indonesia ($p=0,032$), tetapi didapatkan hubungan yang tidak bermakna antara sarapan dengan fungsi kognitif ($p=0,300$).
10	Septianto	Malang	untuk mengetahui Hubungan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar	Korelasi	40 siswa sekolah dasar kelas II di SDN Merjosari 02 Lowokwaru Malang	Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Usia 7-8 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Merjosari 02 Kecamatan Lowokwaru Malang	Analisa data menggunakan uji korelasi Spearman rank dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17 for Window didapat nilai $p\text{ value} = 0,00 < \alpha (0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sarapan pagi dengan prestasi belajar
11	Yuni Yanti Mariza	Semarang	Meninggalkan sarapan dan mengkonsumsi makanan jajanan tinggi kalori dapat menyebabkan obesitas	Desain penelitian kasus kontrol	sampel penelitian menggunakan simple random sampling pada anak kelas 3 sampai dengan kelas 6.	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang	Hasil penelitian juga menunjukkan 29 subjek (90,65%) kelompok kasus dan 17 subjek (53,15%) kelompok kontrol biasa jajan dan terdapat hubungan antara kebiasaan jajan terhadap kejadian obesitas dan kegemukan ($p=0.001$; $OR=7.012$; $CI=2.153-33.788$). Terdapat 28 subjek (43,76%) yang tidak biasa sarapan tetapi biasa jajan, dan tidak terdapat subjek yang tidak biasa sarapan tetapi tidak biasa jajan.

Lampiran 2

Master Tabel Kualitas Artikel Menggunakan Appraisal Checklist

NO	KRITERIA APPRAISAL CHECKLIST
1.	Apakah teori yang digunakan masih sesuai atau sudah kadaluarsa ?
2.	Apakah teori yang digunakan mempunyai kredibilitas yang tinggi ?
3.	Apakah desain penelitian sesuai dengan tujuan penelitian ?
4.	Apakah populasi sesuai dengan tujuan penelitian ?
5.	Apakah sampel/responden sesuai tujuan penelitian ?
6.	Apakah perhitungan jumlah sampel sesuai kaidah perhitungan ?
7.	Apakah variable yang ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian?
8.	Untuk studi epidemiologi/experiment, Apakah ada kontrol untuk variable perancu (confounder)?
9.	Apakah instrument yang digunakan memiliki sensitivitas dan spesifisitas?
10.	Jika menggunakan kuesioner, apakah kuesioner disusun berdasarkan teori atau kaidah penyusunan kuesioner?
11.	Untuk studi epidemiologi/experiment Apakah ada uji validitas dan reliabilitas ?
12.	Apakah analisis data sesuai kaidah analisis dan tujuan penelitian ?

Lampiran 3

Master Tabel

Hasil Penilaian Kualitas Artikel Menggunakan Appraisal Checklist

No	Penulis	Kriteria												Hasil (%)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Sukinarti (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	-	Ya	Ya	-	Ya	83
2	Hardinsya (2012)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	83
3	Fatharani (2017)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	83
4	Khairul Anam (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	75
5	Retno (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
6	Marlenywati (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
7	Akhmad Murjani (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	83
8	Irina Meriska (2016)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	83
9	Elda Khalida (2015)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	83
10	Septianto (2013)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	75
11	Yuni Yanti Mariza (2013)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	83

Lampiran 4

Bukti Hasil Pencarian Literature

The screenshot shows a web browser window with multiple tabs. The active tab is a PubMed search result for the query "breakfast and elementary school children's achievements". The search results are displayed on a page with a navigation bar at the top and a sidebar on the left. The main content area shows two search results, each with a title, authors, and publication information. The first result is "The Effect of Breakfast in the Classroom on Obesity and Academic Performance: Evidence from New York City" by Sean P. Corcoran, Brian Elbel, and Amy Ellen Schwartz, published in J Policy Anal Manage. The second result is "Physical activity, diet and other behavioural interventions for improving cognition and school achievement in children and adolescents with obesity or overweight" by Anne Martin, Josephine N Booth, Yvonne Laird, John Sproule, John J Reilly, and David H Saunders, published in Cochrane Database Syst Rev. The search details section at the bottom right shows the search query: ("breakfast"[MeSH Terms] OR "breakfast"[All Fields]) AND elementary[All Fields] AND ("schools"[MeSH Terms] OR "schools"[All Fields]) OR ("school"[All Fields] AND "achievement"[All Fields]).

The screenshot shows a web browser window with multiple tabs. The active tab is a Garuda search result for the query "sarapan pagi dan prestasi". The search results are displayed on a page with a navigation bar at the top and a sidebar on the left. The main content area shows two search results, each with a title, authors, and publication information. The first result is "GAMBARAN KONSUMSI SARAPAN PAGI, STATUS GIZI DAN TINGKAT PRESTASI BELAJAR ANAK SD NEGERI 124400 PEMATANGSIANTAR" by Rumpape, Cahaya Elisabet, Sudaryati, Ebi, Siagian, Albiner, published in Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi. The second result is "PERILAKU SARAPAN PAGI DAN KAITANNYA DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI SMPN 2 DEPOK" by Nottasari, Ari, A Anggoro, Rina, Triyani, Triyani, published in Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas. The search details section at the bottom right shows the search query: sarapan pagi dan prestasi, by title.

Google Scholar search results for "hubungan pengetahuan gizi tentang sarapan pagi dengan prestasi belajar a".

Articles About 4,420 results (0,09 sec)

Did you mean: hubungan **pengetahuan** gizi tentang sarapan pagi dengan prestasi belajar anak sekoah dasar

Tip: Search for English results only. You can specify your search language in Scholar Settings.

Peran **pengetahuan gizi** dalam menentukan kebiasaan **sarapan anak-anak sekolah dasar** nege Di Pondok Labu, Jakarta Selatan [PDF] ipb.ac.id

... Keadaan ini ada **hubungannya** dengan kerja otak terutama konsentrasi **belajar** pada ... Dari hasil pemodelan regresi logistik diketahui bahwa **pengetahuan gizi** merupakan variabel yang ... **Hubungan** antara makan **pagi** dengan kemampuan konsentrasi **belajar anak** usia **sekolah** ...

Hubungan **Pengetahuan** Tentang **Sarapan Pagi** Dengan **Prestasi Belajar** Anak Di SD Inpres Talikuran Kecamatan Kawangkoan Utara [PDF] unsrat.ac.id

ES Tumwa, S Sarimin... - JURNAL KEPERAWATAN, 2016 - ejournal.unsrat.ac.id

... **sarapan pagi** yang baik sebanyak 73,4% dan kebiasaan **sarapan pagi** yang sedang sebanyak 26,6%. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristiana (2009) tentang **hubungan pengetahuan**, sikap, tindakan **sarapan** dengan status **gizi** dan indeks ...

peran Kebiasaan **Sarapan Pagi** berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Negeri 8 Muaro Jambi [PDF] academia.edu

U Kalsum, R Halim - Jurnal penelitian universitas Jambi seri sains, 2016 - academia.edu

... bahwa ibu yang bekerja, yang mempunyai sumber pendapatan tambahan serta mempunyai akses informasi kesehatan dan **gizi** Page 9 ... Temuan lain pada studi ini belum membuktikan adanya **hubungan** yang signifikan antara tingkat **pengetahuan** remaja dengan ...

DOAJ search results for "sarapan pagi".

Articles

SEARCH DOCUMENTATION ABOUT LOGIN

SEARCH

Articles

sarapan pagi All fields

SHARE OR EMBED

25 indexed articles

Sort by: Added to DOAJ (newest first)

Results per page: 50

This website uses cookies to ensure you get the best experience. Learn more about DOAJ's privacy policy.

Lampiran 5

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Fatmawati Br Barus

NIM : P01031118022

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di KTI saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya batalkan).

Yang membuat pernyataan,



(Fatmawati Br Barus)

Lampiran 6

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Fatmawati Br Barus

Tempat/Tanggal Lahir : Rumah rih/19 Desember 1998

Nama Orangtua : Ayah : Pendi Barus
Ibu : Rustiani Br Ginting

Jumlah Saudara : 2 orang

Alamat Rumah : Desa Rumah Rih,
Kecamatan STM HULU, Kabupaten Deli Serdang

No HP/Telepon : 082276036654

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negri 102005 Durian Tinggiung
2. SMP Negeri 1 STM HULU
3. SMA Negeri 1 Delitua
4. Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi

Hobby : Mendengarkan musik, bernyanyi, travelling

Motto : “Kegagalan dan kesalahan mengajari saya
untuk mengambil pelajaran dan menjadi lebih baik”

Lampiran 7

















BUKTI BIMBINGAN









Nama : Fatmawati Br Barus

NIM : P01031118022

Judul : Studi Literatur : Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar

Pembimbing : Riris Oppusunggu, S.Pd, M. Kes

NO	Tanggal	Topik Bimbingan	TTD Pembimbing	TTD Mahasiswa
1.	05/10/2020	Membicarakan masalah yang akan diangkat menjadi topik penelitian		
2.	26/10/2020	Mendiskusikan jurnal yang sudah dicari dengan topik yang akan dilakukan penelitian		
3.	16/11/2020	Diskusi Bab I		
4.	18/11/2020	Revisi Bab I		
5.	21/11/2020	Diskusi Bab II		
6.	23/11/2020	Revisi Bab II		
7.	25/11/2020	Diskusi Bab III dan Lampiran		
8.	28/11/2020	Revisi Bab III dan Lampiran		

9.	29/01/2021	Seminar Proposal		ZB
10.	21/01/2021	Revisi Proposal		ZB
11.	25/03/2021	Fix Proposal Penelitian		ZB
12.	26/04/2021	Data Selesai di Teliti		ZB
13.	06/04/2021	Diskusi Bab IV, Bab V dan Lampiran		ZB
14.	11/05/2021	Revisi Bab IV, V dan Lampiran		ZB
15.	28/05/2021	Seminar Hasil		ZB
16.	20/08/2021	Revisi KTI		ZB



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136

Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644

email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01766/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2021

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul:

“Hubungan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Fatmawati Br Barus**
Dari Institusi : **Jurusan D-III GIZI Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :

- Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian kesehatan
- Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
- Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
- Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
- Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Juni 2021
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

Jr Ketua,

Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001