

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MAKAN PAGI DENGAN
PRESTASI BELAJAR KELAS X SMA NEGERI 4 TUBAN TAHUN 2014
ABSTRAK**

Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) di Indonesia khususnya di bidang pendidikan adalah gizi. Status gizi yang buruk pada anak dapat menyebabkan anak menderita gangguan mental, sukar berkonsentrasi, rendah diri dan prestasi belajar menjadi rendah. Peningkatan status gizi anak dapat dilakukan melalui program perbaikan gizi yaitu dengan membiasakan makan pagi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 17 September 2014 di Desa Mondokan Kabupaten Tuban pada kelas X SMA Negeri 4 Tuban diketahui bahwa persentase mata pelajaran yang kurang dari KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) sebesar 25%. Selain itu, sebagian besar siswa memiliki latar belakang keluarga dan profesi orang tua yang berbeda. Hal ini menyebabkan tingkat penghasilan dan pengetahuan terhadap gizi khususnya tentang kebiasaan makan pagi dari setiap orang tua siswa juga berbeda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar kelas X SMA Negeri 4 Tuban.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik. Populasi adalah seluruh siswa kelas X dan diambil sampel sebanyak 47 responden dengan menggunakan simple random sampling.

Dari hasil uji statistika *Korelasi Spearmen* diketahui bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar ($p=0,03 < \alpha=0,1$). Ada hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan prestasi belajar. Sebaiknya dilakukan penyuluhan tentang pentingnya membiasakan makan pagi sebelum berangkat ke sekolah. Sehingga konsentrasi belajar dapat lebih baik dan akhirnya dapat berpengaruh pada prestasi belajar.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan Pagi, Prestasi Belajar

CORRELATION BETWEEN BREAKFAST HABITUALLY AND STUDY ACHIEVEMENT ON GRADE X SMA NEGERI 4 TUBAN 2014

ABSTRACT

One of important factor that influences the Indonesia's human resources, especially in education sector is nutrition. Childhood malnutrition age can cause mental disruption, hard to concentrate, low self esteem, and declining of their study achievement. The increasing of children's nutrition status can be done through the nutrition's remedical program by breakfast habituating. Improved nutritional status of children can be done through a nutrition improvement program to familiarize breakfast based on preliminary study conducted by researcher at september 17, 2014 in the mondokan village district of tuban in class x senior high school 4 tuban. That the percentage of subjects less than KKM (minimum completeness criteria) by 25%. Other than that most of the students have a family background and parents of different professions. This causes the level of income and knowledge of nutrition, especially about breakfast habits of each student's parents are also different. The purpose of this research is to find out the correlation between breakfast habitually with study achievement on grade X SMA Negeri 4 Tuban.

This is an analytical. The population are the whole of grade X students and was taken as many as 47 respondents by using random sampling system.

Based on the result of Spearman Correlation statistics test is known that there is a correlation between breakfast habituality with study achievement ($p=0,03 < \alpha=0,1$). There is a correlation between breakfast habitually and study achievement. It's recommended to have an education about the importance of breakfast habitually before going to school. Expected of concentration will be better and finally influenced on study achievement.

Keywords : Breakfast habitually, Study achievement