

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Bagi Peneliti	5
1.5.2 Bagi institusi	5
1.5.3 Bagi Pihak sekolah	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Dasar Gizi Seimbang	7
2.2 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang	8
2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gizi Seimbang	15
2.3.1 Faktor Keluarga	15
2.3.2 Faktor Pribadi	16
2.4 Kebiasaan Makan Pagi	17
2.4.1 Definisi	17
2.4.2 Manfaat Makan Pagi	19
2.4.3 Dampak Tidak Makan Pagi	20
2.5 Prestasi Belajar	20
2.5.1 Definisi Prestasi Belajar	20
2.5.2 Tujuan Belajar	21
2.5.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	23
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	29
3.1 Kerangka Konseptual	29

3.2 Hipotesis Penelitian	30
BAB 4 METODE PENELITIAN	32
4.1 Jenis Penelitian	32
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	32
4.2.1 Waktu	32
4.2.2 Tempat	32
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	33
4.3.1 Populasi	33
4.3.2 Sampel	33
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	34
4.4.1 Variabel Penelitian	34
4.4.2 Definisi Operasional	34
4.5. Teknik Pengumpulan Data	35
4.5.1 Metode Pengumpulan Data.....	35
4.5.2 Jenis Data	36
4.6 Instrumen Penelitian	36
4.7 Pengolahan Data	36
4.8 Analisis Data	37
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	39
5.1 Hasil Penelitian.....	39
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	39
5.1.2 Karakteristik Siswa SMA Negeri 4 Tuban	40
5.1.2.1 Umur Siswa	40
5.1.2.2 Jenis Kelamin	41
5.1.3 Kebiasaan Makan Pagi	41
5.1.4 Prestasi Belajar	42
5.1.5 Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi Prestasi Belajar Siswa SMA Negeri 4 Tuban	43
5.2 Pembahasan	44
5.2.1 Karakteristik Siswa SMA Negeri 4 Tuban	44
5.2.2 Kebiasaan Makan Pagi	45
5.2.3 Prestasi Belajar	46
5.2.4 Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar	47
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	50
6.1 Kesimpulan	50
6.2 Saran	51
6.2.1 Bagi Sekolah.....	51
6.2.2 Bagi Siswa	51
6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	51
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Cara Pengukuran dan Definisi Operasional	34
Tabel 5.1 Data Jumlah Siswa-Siswi Kelas X, XI dan XII SMA Negeri 4 Tuban	40
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Umur Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban.....	40
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban.....	41
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Makan Pagi Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban.....	42
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban.....	42
Tabel 5.6 Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Form Lembar Persetujuan Menjadi Responden	55
Lampiran 2: Form Kuesioner Penelitian	56
Lampiran 3: Surat Keterangan Penelitian di SMA Negeri 4 Tuban	59
Lampiran 4: Data Kebiasaan Makan Pagi Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban	60
Lampiran 5: Data Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Tuban	61
Lampiran 6: Hasil Uji SPSS Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar	62
Lampiran 7: Jadwal Kegiatan Penelitian	63

DAFTAR SINGKATAN

1. ASI : Air Susu Ibu
2. FIT : *Frequency Intensity Time*
3. KKM : Kriteria Ketuntasan Minimal
4. PUGS : Pedoman Umum Gizi Seimbang
5. RDA : *Recommended daily allowance*
6. RUMBEL : Ruang Belajar
7. SPSS : *Statistical Package for the Social Science*
8. SDM : Sumber Daya Manusia
9. SMA : Sekolah Menengah Atas
10. UH : Ulangan Harian
11. UKS : Usaha Kesehatan Sekolah