



TUGAS AKHIR - 33412301089

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR
TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI BERGIZI DI SDN AENG
SAREH 3 SAMPANG**

NISWATIS SAKIYAH
NRP. 33412301089

Dosen Pembimbing I:
Nur Iszakiyah, S.ST., M.M., M. Kes

Dosen Pembimbing II:
H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
SAMPANG
2026**

TUGAS AKHIR



GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI BERGIZI DI SDN AENG SAREH 3 SAMPANG

Laporan ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan
Diploma 3 Program Studi Keperawatan di Jurusan Kesehatan

Oleh:
Niswatis Sakiyah
33412301089

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI BERGIZI DI SDN AENG SAREH 3 SAMPANG

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah
Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi
di SDN Aeng Sareh 3 Sampang
Nama : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Program Studi : Kesehatan
Jurusan : Keperawatan

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.
Ditandatangani di Sampang, 05 Februari 2026

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Nur Iszakiah, S.ST., M.M., M. Kes.
NIP. 197311032024212005

Dosen Pembimbing II

H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes.
NIP. 197503262005011010

Ketua Jurusan



Ns. Abdan Syakira, S. Kep., M. Kep.
NIPPPK. 199005252025211101

Koordinator Program Studi
D3 keperawatan

Lailatul Hafidah, S. Kep., Ns., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

LEMBAR PENGESAHAN

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI BERGIZI DI SDN AENG SAREH 3 SAMPANG

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)

Pada
Jurusan Kesehatan
Politeknik Negeri Madura

Oleh:
Niswatis Sakiyah
33412301089

Tugas Akhir ini telah disidangkan pada tanggal 13 Februari 2026,
dan telah sesuai dengan ketentuan

Disetujui Tim Penguji Tugas Akhir:

1. Nur Iszakiah, S.ST., M.M., M. Kes.
2. H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes.
3. Nindawi, S. Kep., Ns M.M., M. Kes.
4. Arif Rahman Hakim, S. Kep., Ns.
5. Ns. Endang Fauziah Susilawati, M. Kep.



SAMPANG
13 Februari 2026

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya Mahasiswa Politeknik Negeri Madura, Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi:

Nama : Niswatis Sakiyah

NRP : 33412301089

Program Studi : Kesehatan

Jurusan : Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya buat dengan judul:

Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi Di SDN Aeng Sareh 3 Sampang

Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan literatur hasil kuliah, survei lapangan, bimbingan dengan dosen pembimbing dan pembimbing penelitian, melalui tanya jawab maupun asistensi serta buku-buku jurnal acuan yang tertera dalam refrensi Tugas Akhir ini.

Bukan merupakan duplikasi yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana Universitas/Perguruan Tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu digunakan referensi pendukung untuk melengkapi informasi dan sumber informasi dengan dicantumkan melalui referensi yang semestinya.

Bukan merupakan karya tulis terjemah dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada Tugas Akhir ini.

Jika terbukti saya tidak memenuhi apa yang telah saya nyatakan seperti apa yang di atas, maka Tugas Akhir saya ini dibatalkan.

Sampang, 08 Januari 2026



Niswatis Sakiyah

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI BERGIZI DI SDN AENG SAREH 3 SAMPANG

Nama Mahasiswa : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Prodi : D3 Keperawatan
Dosen Pembimbing I : Nur Iszakiyah, S.ST., M.M., M. Kes
Dosen Pembimbing II : H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes

ABSTRAK

Pendahuluan: Sarapan pagi bergizi berperan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak SD serta mendukung konsentrasi dan kesiapan belajar, namun masih terdapat anak yang melewatkan sarapan pagi karena kurangnya pengetahuan tentang pentingnya sarapan bergizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Populasi dan sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas IV–VI di SDN Aeng Sareh 3 Sampang sebanyak 35 responden dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner guttman tertutup dengan skala Guttman (Benar=1 Salah=0). Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik tentang pentingnya sarapan pagi bergizi sebanyak 25 responden (71%). hampir setengahnya tingkat pengetahuan cukup sebanyak 9 responden (26%), sebagian kecil tingkat pengetahuan kurang sebanyak 1 responden (3%). **Kesimpulan:** Sebagian besar (71%) anak sekolah dasar di SDN Aeng Sareh 3 Sampang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pentingnya sarapan pagi bergizi di perlukan peran berkelanjutan dari sekolah, orang tua dan tenaga kesehatan untuk mempertahankan dan meningkatkan kebiasaan sarapan bergizi pada anak.

Kata kunci: Tingkat Pengetahuan, Sarapan Pagi Bergizi, Anak Sekolah Dasar

**DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF ELEMENTARY
SCHOOL CHILDREN ABOUT THE IMPORTANCE OF A NUTRITIOUS
BREAKFAST AT SDN AENG SAREH 3 SAMPANG**

Student Name : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Study Program : Diploma 3 Nursing
Supervisor I : Nur Iszakiyah, S.ST., M.M., M. Kes
Supervisor II : H. Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes

ABSTRACT

Introduction: Nutritious breakfast plays an important role in meeting the energy needs of elementary school children and supporting concentration and learning readiness. However, there are still children who skip breakfast due to lack of knowledge about the importance of nutritious breakfast. This study aims to determine the level of knowledge of elementary school children about the importance of nutritious breakfast at SDN Aeng Sareh 3 Sampang. **Method:** This study used a quantitative descriptive design. The population and sample of the study were all students of grades IV–VI at SDN Aeng Sareh 3 Sampang, totaling 35 respondents with a total sampling technique. Data collection was carried out using a closed questionnaire with a Guttman scale (True = 1 False = 0). Data analysis was carried out univariately and presented in the form of frequency distribution and percentage **Results:** The results showed that most respondents had a good level of knowledge about the importance of nutritious breakfast as many as 25 respondents (71%). Respondents with a sufficient level of knowledge were 9 respondents (26%), while respondents with a low level of knowledge were 1 respondent (3%). **Conclusion:** The majority (71%) of elementary school children at SDN Aeng Sareh 3 Sampang have a good level of knowledge regarding the importance of a nutritious breakfast.

Keywords: Knowledge Level, Nutritious Breakfast, Elementary School Children

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Jangan takut gagal, karena yang tidak pernah gagal hanyalah orang-orang yang tidak pernah melangkah”

(Buya Hamka)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses nikmati saja lelah- lelah itu lebarkan lagi rasa sabar itu semua yang kau investasikan untuk menjadi dirimu serupa yang kau impikan mungkin tidak akan slalu berjalan lancar tapi gelombang- gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan”

(Boy Candra)

PERSEMBAHAN

“Karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri yang telah berjuang dan berusaha menyelesaikan karya ini dengan penuh kesabaran dan ketekunan. Serta kepada kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang, dan semangat yang tiada henti dalam setiap langkah saya”

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji syukur kepada Allah Yang Maha Esa yang telah memberi kekuatan, kemampuan, dan kesabaran kepada peneliti, sehingga pematik dapat menyusun tugas akhir ini dengan baik. Tujuan penulisan tugas akhir adalah memenuhi salah satu persyaratan bagi mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikan Diploma-3. Program Studi Keperawatan Jurusan Kesehatan di Politeknik Negeri Madura

Dalam tugas akhir ini, penulis telah berhasil menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi Dalam Mendukung Konsentrasi Belajar di Aeng Sareh 3 Sampang

Tugas akhir ini tidak akan selesai dengan baik tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari orang-orang yang berada di sekitar peneliti. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Laily Ulfyah, M.T. selaku Direktur Politeknik Negeri Madura.
2. M. Musta'in, M.T. selaku Wakil Direktur Bidang Akademik.
3. Ns. Abdan Syakura, S. Kep., M. Kep. selaku Ketua Jurusan Kesehatan
4. Ns. Hilma Noviantri R, S. Kep., M. Kes. selaku Sekretaris Jurusan Kesehatan
5. Ns. Lailatul Hafidha, S. Kep., M. Kes. selaku Koordinator Program Studi D3 Keperawatan
6. Nur Iszakyah, S.ST., M.M., M. Kes. selaku Pembimbing I yang telah memberikan banyak masukan dan saran kepada peneliti dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
7. H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes. selaku pembimbing II yang juga memberikan masukan kepada penulis dalam penyelesaian tugas akhir ini.
8. Para dosen dan tenaga kependidikan Politeknik Negeri Madura yang telah melayani mahasiswa selama penulis menempuh pendidikan disini.
9. Civitas akademik Politeknik Negeri Madura khususnya Jurusan Kesehatan Program Studi D3 Keperawatan yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan arahan selama proses perkuliahan.
10. Kepada mama tercinta yang selalu menjadi tempat bercerita Terima kasih karena tidak kenal lelah untuk selalu melangitkan doa-doa untuk penulis sampai detik ini
11. Kepada kedua adik saya dan keluarga besar yang memberikan semangat, doa dan dukungannya sehingga membawa penulis sampai ditahap ini
12. Sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan tempat pulang untuk saya bercerita saat naik turun selama proses 3 tahun perjalanan kuliah ini.
13. *Last but not least*, terima kasih untuk diri sendiri karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. *I wanna thank me for just being me at all times.*

Penulis menyadari Masih banyak kekurangan dalam penyusunan tugas akhir ini. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk lebih sempurnanya proposal tugas akhir ini.

Sampang, 08 Januari 2026

Niswatis Sakiyah
NRP. 33412301089

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG	xvii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Batasan Masalah	3
1.4 Tujuan	3
1.4.1 Tujuan umum	3
1.5 Manfaat	3
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	3
1.5.2 manfaat praktis	3
BAB 2	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Konsep Pengetahuan	4
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	4
2.1.2 Tingkat Pengetahuan	4
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	5
2.1.4 Pengetahuan Gizi Pada Anak SD.....	5
2.2 Anak Sekolah Dasar	6
2.2.1 Definisi Anak Sekolah Dasar	6

2.2.2 Ciri-Ciri Perkembangan Anak SD.....	6
2.2.3 Tahapan Perkembangan Kognitif Anak SD.....	7
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak SD	7
2.3 Sarapan Pagi	8
2.3.1 Pengertian sarapan pagi	8
2.3.2 Manfaat sarapan pagi	8
2.3.3 Dampak tidak sarapan pagi bagi anak SD.....	9
2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan.....	9
2.4 Gizi dan Fungsi Otak	10
2.4.1 Pengertian Gizi	10
2.4.2 Macam Macam Zat Gizi Makro dan Mikro.....	10
2.4.3 Fungsi Gizi Otak Dan Konsentrasi	11
2.4.4 Pengaruh Makanan Bergizi Pada Otak	12
2.5 Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	12
2.6 Kerangka Konsep	14
2.7 Deskripsi Kerangka Konsep	15
BAB 3	16
METODE PENELITIAN	16
3.1 Desain / Rancangan Penelitian	16
3.2 Kerangka Kerja	17
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling.....	18
3.3.1 Populasi	18
3.3.2 Sampel.....	18
3.3.3 Sampling	18
3.4 Identifikasi Variabel	19
3.5 Definisi Operasional	19
3.6 Pengumpulan dan Analisa Data	20
3.6.1 Proses Pengumpulan Data	20
3.6.2 Instrumen Penelitian dalam Kuesioner	20
3.6.3 Waktu dan Tempat Penelitian	21
3.6.4 Pengolahan Data	21
3.6.5 Analisa Data	23
3.7 Etika Penelitian.....	24
3.7.1 Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	24
3.7.2 Tanpa nama (<i>Anonymity</i>)	24
3.7.2 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	24

3.8 Keterbatasan	24
BAB 4	25
HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1 Hasil Penelitian	25
4.1.1 Deskripsi/Gambaran umum tempat penelitian	25
4.1.2 Hasil Penelitian data umum	25
4.1.3 Hasil Penelitian Data Khusus.....	26
4.2 Pembahasan	27
BAB 5	29
PENUTUP.....	29
5.1 Kesimpulan.....	29
5.2 Saran	29
DAFTAR PUSTAKA.....	30

DAFTAR TABEL

2.5.1	Tabel perbandingan penelitian sebelumnya Gambaran Tingkat pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya sarapan pagi bergizi di Aeng Sareh 3 Sampang.....	12
3.5.1	Definisi Operasional Gambaran tingkat pengetahuan anak SD tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aengsareh 3 Sampang.....	19
3.6.3	Jadwal Kegiatan Peneliti.....	21
4.1.1	Table Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Kelas 4-6 SDN Aengsareh 3 Sampang.....	25
4.1.2	Table Distribusi Frekuensi Umur Kelas 4-6 SDN Aengsareh 3 Sampang.....	26
4.1.3	Table Distribusi Frekuensi pembagian Kelas 4-6 SDN Aengsareh 3 Sampang.....	26
4.2.1	Table Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kelas 4-6 SDN Aengsareh 3 Sampang.....	26

DAFTAR GAMBAR

2.8	Kerangka Konsep Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi Di SDN Aeng Sareh 3 Sampang	19
3.2	Kerangka Kerja Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi Di SDN Aeng Sareh 3 Sampang.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	33
Lampiran 2	Lembar Kesediaan Menjadi Responden.....	34
Lampiran 3	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal.....	35
Lampiran 4	Surat Balasan Pengambilan Data Awal.....	36
Lampiran 5	Surat Permohonan Penelitian.....	37
Lampiran 6	Balasan Surat Permohonan Penelitian.....	38
Lampiran 7	Lembar Pengumpulan Data Umum.....	39
Lampiran 8	Lembar Pengumpulan Data Khusus.....	40
Lampiran 9	Kisi-Kisi Kuesioner.....	42
Lampiran 10	Frekuensi Data Umum.....	44
Lampiran 11	Frekuensi Data Khusus.....	45
Lampiran 12	Dokumentasi Penelitian.....	46
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing I.....	47
Lampiran 14	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing II	50
Lampiran 15	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji I.....	52
Lampiran 16	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji II.....	53
Lampiran 17	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji III.....	54
Lampiran 18	Lembar Turnitin.....	55

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

1. Daftar Singkatan

- | | |
|--------------|--------------------------------|
| 1) BPS | : Badan Pusat Statistik |
| 2) WHO | : World Health Organization |
| 3) BPS | : Badan Pusat Statistik |
| 4) Permenkes | : Peraturan Menteri Kesehatan |
| 5) SD | : Sekolah Dasar |
| 6) KBBI | : Kamus Besar Bahasa Indonesia |
| 7) IMT | : Indeks Masa tubuh |
| 8) UKS | : Usaha Kesehatan Sekolah |
| 9) AKG | : Angka Kecukupan Gizi |

2. Daftar Lambang

- | | |
|---------------------|---|
| 1) N | : Jumlah Populasi |
| 2) n | : Jumlah Sampel |
| 3) f | : Frekuensi |
| 4) % | : Persentase |
| 5) $\geq$ | : Lebih besar sama dengan |
| 6) $\leq$ | : Lebih kecil sama dengan |
| 7) = | : Sama dengan |
| 8) $\bar{x}$ (mean) | : Nilai rata-rata |
| 9) Skor | : Nilai yang diperoleh responden dari kuesioner |
| 10) Σ | : Jumlah keseluruhan (jika ada perhitungan) |

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dipersiapkan sejak dini melalui pemenuhan gizi yang optimal. Status gizi anak dapat dinilai dengan menggunakan indikator seperti berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh (BMI). Salah satu langkah penting untuk mendukung gizi yang baik adalah dengan membiasakan sarapan pagi. Sarapan berperan penting dalam mencukupi sekitar 25% kebutuhan energi harian anak sekolah dasar. Ketersediaan energi ini berpengaruh langsung terhadap konsentrasi kemampuan memahami pelajaran serta prestasi anak di sekolah (Nurlita, Arfanda, 2024). Konsumsi sarapan bergizi seimbang terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Anak yang terbiasa sarapan sesuai kebutuhan kalori cenderung lebih konsentrasi sedangkan yang melewatkan sarapan pagi biasanya sulit berkonsentrasi. Karena itu, sekolah diharapkan mampu memberikan edukasi gizi kepada siswa dan orang tua mengenai pentingnya sarapan agar anak terbiasa makan pagi sebelum berangkat sekolah untuk mendukung keberhasilan belajarnya (Ma'arif et al., 2020). Namun, kenyataan saat ini menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah masih tergolong rendah. Banyak siswa sekolah dasar tidak memiliki pola sarapan yang teratur karena berbagai alasan seperti kesibukan orang tua kurangnya pengetahuan gizi dalam keluarga maupun alasan kepraktisan lainnya. Kondisi ini memberikan dampak negatif pada konsentrasi anak di kelas (Mawarni, 2021).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa secara global masih banyak anak yang tidak memiliki pola makan seimbang, termasuk sarapan pagi. Laporan WHO (2019) menunjukkan sekitar 39% anak usia sekolah berisiko kekurangan energi harian karena melewatkan sarapan terutama di negara berpenghasilan rendah hingga menengah. Di Indonesia Riskesdas 2018 mencatat 26,1% anak usia sekolah tidak sarapan pagi, sementara Survei Diet Total 2020 menemukan 47,7% anak 6–12 tahun belum memenuhi kebutuhan energi minimal saat sarapan dan 66,8% sarapan dengan kualitas gizi rendah (Kemenkes RI, 2018; Balitbangkes, 2020). Pada tingkat provinsi BPS Jawa Timur (2022) melaporkan bahwa proporsi anak yang tidak sarapan relatif sama dengan rata-rata nasional, sekitar 25–30%. Sedangkan di Kabupaten Sampang Profil Kesehatan 2023 belum mencantumkan indikator khusus tetapi berdasarkan data konsumsi rumah tangga BPS Jatim 2019 diperkirakan sekitar 30% anak usia sekolah berangkat tanpa sarapan sejalan dengan angka provinsi. Survei data awal terdapat 35 siswa kelas IV-V yang dilakukan pada Rabu 01 Oktober 2025 terhadap 20 siswa kelas IV-VI dengan wawancara menunjukkan bahwa 17 siswa belum sarapan pagi dan 3 siswa sarapan pagi.

Anak sekolah dasar yang tidak terbiasa sarapan berisiko mengalami berbagai hambatan dalam proses belajar. Saat perut kosong sejak malam hari tubuh kekurangan energi dan otak tidak memperoleh cukup glukosa sebagai sumber utama untuk berpikir. Akibatnya, anak mudah mengantuk, lemah, cepat lelah, serta kesulitan berkonsentrasi ketika menerima pelajaran (Andriati & Nuraini, 2020). Kebiasaan melewatkan sarapan dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti kesibukan orang tua yang tidak sempat menyiapkan makanan pagi, anak takut terlambat ke sekolah atau kebiasaan anak yang lebih memilih jajan di sekolah jika

hal ini terus-menerus berlangsung cadangan energi dan gizi semakin menurun kadar gula darah ikut berkurang dan fungsi otak tidak dapat bekerja secara optimal. Kondisi ini membuat anak makin sulit fokus, cepat bosan, serta mengalami penurunan prestasi belajar (Hidayat & Nurhayati, 2021). Sebaliknya, anak yang terbiasa sarapan dengan menu bergizi seimbang akan merasakan banyak manfaat Sarapan membantu menstabilkan kadar gula darah setelah berpuasa sepanjang malam menyediakan energi yang cukup bagi otak, sekaligus meningkatkan kesiapan dalam belajar. Dengan begitu anak lebih bersemangat konsentrasinya terjaga dan lebih mudah memahami materi pelajaran. Oleh karena itu kebiasaan sarapan sehat dan bergizi memiliki peran penting dalam menunjang daya konsentrasi serta prestasi belajar anak sekolah dasar (Herayani et al., 2024).

Bagi siswa yang tidak mau sarapan menganjurkan mereka untuk tetap mengonsumsi makanan pagi bergizi seimbang sebelum berangkat ke sekolah, orang tuanya dianjurkan menyiapkan menu sederhana namun sehat seperti nasi dengan sayur lauk dan buah agar kebutuhan energi otak terpenuhi. Jika anak tetap sulit sarapan di rumah sekolah dapat menyediakan program sarapan sehat melalui kantin atau kegiatan khusus yang memastikan siswa memperoleh asupan energi sebelum belajar (Simbolon et al., 2025). Membiasakan anak sekolah untuk sarapan dengan menu sederhana tetapi bergizi sangat penting karena sarapan berperan besar dalam menunjang konsentrasi belajar. Edukasi gizi juga perlu diberikan kepada orang tua agar mampu menyiapkan variasi sarapan sehat yang mencakup karbohidrat, protein, sayur, dan buah. Perawat memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan sarapan sehat pada anak. Sebagai edukator, perawat memberikan penyuluhan gizi dan menjelaskan manfaat sarapan kepada anak maupun orang tua. Selain itu, perawat juga berperan sebagai konselor yang membimbing orang tua dalam menyusun menu sarapan yang sehat dan seimbang. Melalui program UKS, perawat dapat menjadi penggerak kesehatan di sekolah dengan sosialisasi pentingnya sarapan. Tidak hanya itu, perawat juga dapat berkolaborasi dengan guru untuk mengingatkan anak agar tidak melewatkan sarapan serta mendorong tersedianya pilihan makanan bergizi di kantin sekolah. Dengan kerja sama antara perawat, guru, dan orang tua, diharapkan kebiasaan sarapan sehat dapat terbentuk sehingga anak lebih fokus dan bersemangat dalam belajar (Mawarni, 2021). Agar anak tidak melewat sarapan orang tua dapat membiasakan mereka bangun lebih pagi dan menyediakan menu yang bervariasi yang menarik (Gede Yenny Apriani, 2022). Berdasarkan pernyataan tersebut peneliti merasa tertarik untuk meneliti mengenai tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pentingnya sarapan bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar. Hal ini karena pada tahap perkembangan tersebut anak sudah mampu berpikir logis, mulai mandiri dalam memilih makanan, serta memiliki beban belajar yang semakin meningkat. Dengan potensi tersebut, pengetahuan yang baik tentang pentingnya sarapan dapat memengaruhi cara berpikir anak sehingga mendorong mereka untuk membiasakan diri sarapan pagi. Oleh karena itu peneliti memilih judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar tentang Pentingnya Sarapan Bergizi.”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di Aeng Sareh 3 sampang?

1.3 Batasan Masalah

1. Penelitian ini khusus pada anak sekolah dasar siswa tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 sampang tahun 2025
2. Penelitian ini dilaksanakan pada anak sekolah dasar di SDN Aeng Sareh 3 sampang tahun 2025

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 sampang

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diperoleh dalam penelitian ini adalah dapat mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang.

Sehingga dapat menjadi tambahan pengetahuan baru sekaligus evaluasi untuk mewujudkan agar konsentrasi saat belajar di dalam kelas. selain itu penelitian ini juga memiliki manfaat untuk terus bisa dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dengan analisis variabel yang lebih luas untuk menemukan teori baru.

1.5.2 manfaat praktis

1. Bagi peneliti
Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah agar peneliti mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 sampang
2. Bagi sekolah
Manfaat bagi sekolah adalah memberikan informasi tentang gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 sampang sehingga dapat di berikan perhatian serta arahan.
3. Bagi responden
Manfaat bagi responden adalah dapat mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi Di SDN Aeng Sareh 3 sampang sehingga mampu memahami pentingnya sarapan pagi bergizi.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Secara etimologis, *pengetahuan* berasal dari kata dasar *tahu* dengan imbuhan *pe-an*, yang berarti segala hal yang berkaitan dengan proses mengenal atau memahami sesuatu. Secara umum, pengetahuan merupakan pancaindra, pikiran, dan perasaan. Dengan demikian, pengetahuan mencakup seluruh aktivitas cara dan hasil dari upaya seseorang dalam mengenali suatu objek atau peristiwa (Ari Prasetyo et al., 2021).

Pengetahuan juga dapat diartikan sebagai hasil dari rasa ingin tahu yang diperoleh melalui penginderaan, terutama melalui penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku terbuka (*open behavior*) karena menjadi dasar bagi individu dalam berpikir, bertindak, dan mengambil keputusan. Selain itu, pengetahuan mencakup pemahaman teoritis maupun praktis (*know-how*) yang dimiliki manusia. Pengetahuan dapat tersimpan dalam berbagai bentuk, seperti tulisan, teknologi, maupun praktik kehidupan sehari-hari, dan akan terus berkembang apabila dimanfaatkan dengan baik. Oleh karena itu, pengetahuan memiliki peran penting dalam kehidupan serta kemajuan individu dan masyarakat (Perak Maruli Asi Roha Hutagalung et al., 2024).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau bagian kognitif sangat penting dalam membentuk perilaku seseorang. Berdasarkan teori Benjamin Bloom, ranah kognitif ini dibagi menjadi enam tingkat kemampuan yaitu:

1. Tahu (*Knowledge*)

Mengetahui adalah kemampuan dasar dalam ranah pengetahuan, yakni mengingat kembali informasi fakta atau konsep yang telah dipelajari sebelumnya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah kemampuan menjelaskan dengan tepat ide atau hal yang sudah diketahui. Orang yang memahami materi dapat memberikan penjelasan contoh menyimpulkan serta meramalkan berdasarkan pengetahuan tersebut.

3. Penerapan (*Application*)

Penerapan adalah kemampuan menggunakan pengetahuan dalam situasi sehari-hari seperti menerapkan teori, rumus, atau prinsip dalam kehidupan atau pekerjaan yang relevan.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan memecah materi atau ide menjadi bagian-bagian kecil untuk memahami struktur dan hubungannya seperti membedakan, mengelompokkan, menggambarkan, serta menjelaskan keterkaitan elemen dalam keseluruhan.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan menggabungkan berbagai informasi untuk menciptakan ide atau rumusan baru dari bahan yang sudah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan menilai hal, ide, atau keadaan berdasarkan kriteria tertentu. menggunakan standar yang ada atau yang dibuat sendiri (Puji Setya Rini & Maya Fadlilah, n.d.).

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Perak Maruli Asi Roha Hutagalung et al., 2024). terdapat tujuh faktor utama yang memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, yaitu:

1. Pekerjaan

Pekerjaan menjadi sumber pengalaman yang dapat memperluas pengetahuan seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung. Misalnya tenaga medis cenderung memiliki pengetahuan lebih luas tentang kesehatan dibandingkan orang yang bukan tenaga medis.

2. Umur

Bertambahnya usia biasanya diikuti dengan peningkatan kemampuan berpikir dan daya tangkap sehingga pengetahuan seseorang juga berkembang.

3. Minat

Minat atau ketertarikan terhadap suatu hal mendorong seseorang untuk mempelajari dan menekuninya lebih dalam sehingga pengetahuannya meningkat.

4. Pengalaman

Pengalaman hidup memperkaya wawasan seseorang. Semakin banyak pengalaman yang dimiliki semakin luas pula pengetahuannya.

5. Lingkungan

Lingkungan fisik sosial dan budaya berperan penting dalam pembentukan pengetahuan. Misalnya masyarakat yang hidup di lingkungan bersih cenderung memiliki kesadaran lebih tinggi terhadap kebersihan.

6. Informasi

Akses terhadap sumber informasi mempercepat proses belajar. Semakin banyak informasi yang diperoleh semakin luas pengetahuan seseorang.

7. Pendidikan

Tingkat pendidikan memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi. Semakin tinggi pendidikan semakin besar peluang individu memiliki pengetahuan yang lebih luas.

2.1.4 Pengetahuan Gizi Pada Anak SD

Pengetahuan gizi adalah cara seseorang memahami makanan apa saja nutrisinya dan bagaimana itu membantu kesehatan serta pertumbuhan tubuh. Untuk anak sekolah dasar ini sangat penting karena mereka sedang tumbuh cepat dan sering

bergerak banyak. Anak usia ini butuh energi dan nutrisi lebih banyak agar bisa belajar dengan baik dan menjalani hari-hari mereka anak laki-laki biasanya butuh protein dan zat besi lebih banyak daripada anak perempuan, karena mereka lebih aktif. Jadi anak harus tahu manfaat nutrisi utama seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral. Protein membantu tubuh tumbuh dan membentuk otot serta jaringan. Lemak memberi energi dan mendukung otak berkembang. Vitamin dan mineral meski sedikit jumlahnya sangat dibutuhkan agar tubuh tetap seimbang dan sehat. Selain itu ajari anak makan secara teratur terutama sarapan supaya punya tenaga dan konsentrasi di sekolah. Dengan paham gizi yang baik anak sekolah dasar bisa makan makanan seimbang yang menjaga kesehatan dan membantu belajar lebih baik (Sriwiyanti, MM, 2023).

2.2 Anak Sekolah Dasar

2.2.1 Definisi Anak Sekolah Dasar

Anak usia Sekolah Dasar (SD) adalah anak yang berada pada rentang usia 6–12 tahun, yaitu masa pertumbuhan dan perkembangan pesat baik secara fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Pada tahap ini anak mulai aktif berinteraksi di luar keluarga, memiliki rasa ingin tahu tinggi dan membutuhkan asupan gizi seimbang serta bimbingan orang tua untuk mendukung kesehatan, belajar dan pembentukan kepribadian yang optimal (Liberty et al., 2023).

2.2.2 Ciri-Ciri Perkembangan Anak SD

Berikut ciri-ciri perkembangan anak usia sekolah dasar

1. Fisik dan Motorik

Anak usia 7–12 tahun menunjukkan koordinasi gerak yang baik dan aktif secara fisik seperti mampu menulis huruf dengan rapi atau menggambar lingkaran presisi untuk aktivitas motorik halus serta berlari cepat berenang gaya bebas dasar atau menendang bola dengan akurat untuk motorik kasar yang semuanya mendukung daya tahan dan fokus selama proses belajar di sekolah.

2. Intelektual

Kemampuan berpikir anak berkembang dari imajinatif menjadi konkret dan logis di mana mereka mampu membaca buku cerita sederhana menulis paragraf pendek tentang pengalaman harian menghitung operasi dasar seperti penjumlahan hingga 100 serta menalar melalui teka-teki atau merancang model sederhana seperti rumah dari kardus dalam kegiatan belajar sekolah.

3. Bahasa

Kemampuan berbahasa meningkat pesat dengan memperkaya kosakata hingga ribuan kata di mana anak gemar membaca novel anak-anak atau koran bergambar sering bertanya "mengapa hujan turun" atau "bagaimana pohon tumbuh" serta berkomunikasi lancar dalam diskusi kelompok untuk memahami konsep lingkungan seperti siklus air atau kehidupan hewan.

4. Emosi

Anak mulai belajar mengendalikan emosi dan mengekspresikannya dengan cara yang diterima sosial seperti mengatasi amarah dengan bernapas dalam-dalam atau berbicara tenang kepada teman serta menunjukkan

kegembiraan melalui senyuman saat berbagi cerita di mana emosi positif seperti rasa percaya diri membantu meningkatkan konsentrasi saat mengerjakan tugas dan prestasi ujian di kelas.

5. Sosial

Hubungan sosial anak meluas ke teman sebaya di mana mereka belajar bekerja sama dalam permainan tim seperti sepak bola sekolah mematuhi aturan seperti antri bergiliran saat istirahat dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah maupun masyarakat melalui menghormati guru atau membantu teman yang kesulitan belajar.

6. Kesadaran Beragama

Keimanan anak masih bersifat emosional di mana mereka memahami Tuhan melalui kasih sayang dan teladan positif seperti rasa syukur atas bantuan orang tua atau mendengar cerita nabi yang baik hati bukan melalui konsep hukuman sehingga terlihat dalam kebiasaan doa sederhana sebelum makan atau berbagi makanan dengan teman sebagai bentuk amal sehari-hari (Farida Isroani, 2023).

2.2.3 Tahapan Perkembangan Kognitif Anak SD

Menurut para ahli psikologi kognitif kemampuan berpikir individu berkembang secara bertahap seiring dengan pertambahan usia Piaget menemukan bahwa perkembangan kognitif manusia terbagi menjadi empat tahap utama:

1. Tahap sensorimotor (0–2 tahun):

Perilaku anak dikendalikan oleh aktivitas motorik dan pengalaman inderawi Anak belajar melalui pengamatan dan interaksi

2. Tahap praoperasional (2–7 tahun):

Ditandai dengan munculnya kemampuan berpikir simbolik dan intuitif. Anak mulai menggunakan bahasa mengelompokkan objek sederhana memahami konsep angka serta melihat hubungan dasar antar benda.

3. Tahap operasional konkret (7–11 tahun):

Anak mulai mampu berpikir logis terhadap hal-hal konkret memecahkan masalah nyata serta memahami konsep klasifikasi urutan dan operasi matematika sederhana.

4. Tahap operasional formal (11 tahun ke atas):

Individu mulai mampu berpikir abstrak memahami hubungan sebab akibat membuat prediksi serta mengembangkan dan menguji hipotesis. Berdasarkan teori Piaget cara berpikir anak berkembang sesuai usianya sehingga proses pembelajaran perlu disesuaikan dengan tahap perkembangan kognitif mereka Dengan demikian guru berperan penting dalam menyesuaikan materi strategi media sumber belajar agar sesuai dengan kemampuan berpikir peserta didik pada tiap tahap perkembangan (Rulviana & Kusumawati, 2025).

2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak SD

Proses perkembangan anak berlangsung dengan kecepatan yang berbeda

pada setiap individu tergantung pada kondisi internal maupun lingkungan tempat anak tumbuh. Beberapa faktor utama yang memengaruhi perkembangan anak antara lain sebagai berikut:

1. Faktor Hereditas (Keturunan)

Faktor hereditas adalah pewarisan sifat-sifat biologis dari orang tua kepada anak. Faktor ini mencakup karakteristik fisik maupun psikologis yang dibawa sejak lahir seperti bentuk tubuh, warna kulit, potensi kecerdasan, serta temperamen. Dengan kata lain, sifat dan ciri khas individu sebagian besar merupakan hasil dari faktor genetik yang diturunkan.

2. Faktor Lingkungan

Lingkungan memiliki peranan penting dalam membentuk dan memengaruhi perkembangan anak. Secara umum faktor lingkungan dibedakan menjadi lingkungan prenatal (sebelum kelahiran) dan lingkungan postnatal (setelah kelahiran).

1. Lingkungan Postnatal Mencakup beberapa Aspek, yaitu:

- a. Lingkungan biologis seperti ras, jenis kelamin, usia, status gizi, kondisi kesehatan fungsi metabolisme dan hormon.
- b. Lingkungan fisik meliputi iklim, kondisi geografis, sanitasi, tempat tinggal, serta paparan radiasi.
- c. Lingkungan psikososial, meliputi stimulus belajar, motivasi, pemberian penghargaan atau hukuman, pengaruh teman sebaya, tingkat stres dan suasana sekolah.
- d. Lingkungan keluarga yang berperan dalam memberikan kasih sayang, perhatian, serta dukungan terhadap perkembangan emosi dan sosial anak (Sriwiyanti, MM, 2023).

2.3 Sarapan Pagi

2.3.1 Pengertian sarapan pagi

Sarapan pagi merupakan aktivitas makan dan minum yang dilakukan sejak bangun tidur hingga pukul 09.00 pagi untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian, yaitu sekitar 15–30% dari total energi yang dibutuhkan tubuh. Tujuan dari sarapan adalah mendukung pola hidup yang sehat, aktif, dan produktif. Namun, hingga kini masih banyak masyarakat yang melewatkan sarapan sebelum memulai aktivitasnya. Kebiasaan tidak sarapan dapat berdampak negatif, seperti menurunnya kemampuan belajar pada anak sekolah, berkurangnya aktivitas fisik, meningkatnya risiko kegemukan pada remaja dan orang dewasa, serta kecenderungan mengonsumsi jajanan tidak sehat (Wahyuningsih et al., 2021).

2.3.2 Manfaat sarapan pagi

Sarapan sangat penting bagi anak usia sekolah dasar karena pada masa ini mereka sedang aktif tumbuh dan belajar. Tubuh dan otak anak membutuhkan asupan energi yang cukup untuk mendukung aktivitas fisik dan kemampuan berpikir di sekolah. Berikut beberapa manfaat utama sarapan bagi siswa SD:

1. Menambah Energi untuk Belajar dan Bermain

Sarapan memberikan tenaga yang dibutuhkan anak untuk mengikuti pelajaran dan berpartisipasi dalam kegiatan sekolah tanpa mudah lelah.

2. Meningkatkan Konsentrasi dan Fokus

Anak yang sarapan lebih mudah berkonsentrasi, memperhatikan pelajaran serta memahami materi yang diajarkan guru.

3. Mendukung Pertumbuhan dan Perkembangan Otak

Nutrisi dari sarapan seperti karbohidrat protein dan vitamin, membantu perkembangan otak dan meningkatkan daya ingat anak.

4. Menjaga Kesehatan dan Daya Tahan Tubuh

Sarapan membantu menjaga sistem imun agar anak tidak mudah sakit dan tetap aktif di sekolah.

5. Menstabilkan Emosi dan Perilaku

Anak yang tidak sarapan cenderung mudah marah, lesu, atau sulit berkonsentrasi. Dengan sarapan, suasana hati lebih stabil dan anak lebih bersemangat.

6. Meningkatkan Prestasi Belajar

Dengan energi dan fokus yang cukup, anak dapat memahami pelajaran lebih baik dan memperoleh hasil belajar yang optimal(Ike Putri Setyatama et al., 2025).

2.3.3 Dampak tidak sarapan pagi bagi anak SD

Tidak sarapan pagi dapat menyebabkan berbagai gangguan pada anak usia sekolah dasar. Anak yang tidak sarapan cenderung mengalami penurunan kadar gula darah sehingga tubuh menjadi lemas, mudah lelah, dan sulit berkonsentrasi saat belajar. Kondisi ini berdampak pada menurunnya daya ingat dan prestasi belajar di sekolah Selain itu anak yang terbiasa melewatkan sarapan juga berisiko memiliki pola makan tidak seimbang, karena akan cenderung mengonsumsi makanan ringan, tinggi gula, garam, dan lemak untuk menggantikan energi yang hilang. Dalam jangka panjang hal ini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan berat badan tidak ideal serta menurunnya daya tahan tubuh. Dengan demikian tidak sarapan pagi berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, kemampuan belajar, dan perkembangan anak secara keseluruhan (N.P.D Kom, 2024).

2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan

Beberapa faktor yang memengaruhi kebiasaan sarapan pagi meliputi:

1. Pengetahuan dan Kesadaran

Kurangnya pemahaman tentang manfaat sarapan menyebabkan banyak orang melewatkannya. Edukasi gizi dapat meningkatkan kesadaran untuk membiasakan sarapan.

2. Pola Hidup dan Waktu

Rutinitas pagi yang sibuk atau kebiasaan bangun terlambat sering membuat sarapan terabaikan. Manajemen waktu diperlukan agar sarapan menjadi kebiasaan rutin

3. **Kualitas Makanan**
Pemilihan menu sarapan yang bergizi, seperti kombinasi karbohidrat, protein, dan vitamin, membantu menjaga energi dan konsentrasi.
4. **Kesehatan Fisik dan Mental**
Kondisi tubuh dan mood memengaruhi nafsu makan. Sarapan membantu menstabilkan gula darah dan meningkatkan fokus.
5. **Lingkungan dan Dukungan Sosial**
Peran keluarga dan lingkungan sekitar penting dalam menanamkan kebiasaan sarapan sehat sejak dini (Pradana & Pratama, 2024).

2.4 Gizi dan Fungsi Otak

2.4.1 Pengertian Gizi

Gizi merupakan aspek fundamental dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. Secara luas gizi mencakup seluruh proses yang terjadi di dalam tubuh untuk memperoleh mencerna menyerap mengangkut dan memanfaatkan zat-zat gizi dari makanan. Zat gizi tersebut terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air yang memiliki peran penting dalam menunjang fungsi fisiologis tubuh seperti pertumbuhan perbaikan jaringan, produksi energi serta pengaturan berbagai proses metabolisme. Seiring perkembangan ilmu pengetahuan konsep gizi semakin kompleks dan terintegrasi dengan bidang biokimia, fisiologi, dan kesehatan masyarakat. gizi merupakan ilmu yang mempelajari makanan zat gizi serta pengaruhnya terhadap kesehatan dan penyakit pada manusia termasuk peran nutrisi dalam setiap tahap kehidupan (Ismiati et al., 2024).

2.4.2 Macam Macam Zat Gizi Makro dan Mikro

Zat gizi merupakan komponen penting dalam makanan yang dibutuhkan tubuh untuk menjaga kesehatan dan fungsi fisiologis secara optimal. Berdasarkan jumlah yang diperlukan zat gizi dibagi menjadi dua kelompok besar yaitu zat gizi makro (makronutrien) dan zat gizi mikro (mikronutrien).

1. **Zat Gizi Makro** dibutuhkan dalam jumlah besar dan berfungsi utama sebagai sumber energi. Komponen utamanya meliputi:
 - a. **Karbohidrat**, berperan sebagai sumber energi utama tubuh. Karbohidrat diubah menjadi glukosa yang digunakan sel untuk aktivitas fisik dan metabolisme, sedangkan kelebihanannya disimpan sebagai glikogen di hati dan otot.
 - b. **Protein**, berfungsi membangun dan memperbaiki jaringan tubuh, membentuk enzim, hormon, dan antibodi. Kekurangan protein dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh dan gangguan pertumbuhan.
 - c. **Lemak**, merupakan sumber energi cadangan dan membantu penyerapan vitamin A, D, E, dan K. Lemak juga penting untuk pembentukan membran sel, tetapi konsumsi berlebihan dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit jantung.

2. Zat Gizi Mikro dibutuhkan dalam jumlah kecil namun memiliki peran vital bagi metabolisme tubuh. Kelompok ini mencakup:
 - a. Vitamin, yaitu zat organik yang mendukung berbagai proses biokimia tubuh Misalnya vitamin A untuk kesehatan mata vitamin C untuk imunitas dan pembentukan kolagen. vitamin B kompleks untuk metabolisme energi dan vitamin D untuk kesehatan tulang.
 - b. Mineral, seperti kalsium yang penting bagi tulang dan gigi zat besi untuk pembentukan hemoglobin seng (zinc) untuk imunitas dan yodium untuk pembentukan hormon tiroid. Kekurangan mineral dapat menyebabkan berbagai gangguan seperti anemia, osteoporosis, atau gangguan tiroid.

Dengan demikian keseimbangan antara zat gizi makro dan mikro sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan mempertahankan kesehatan serta mendukung aktivitas dan perkembangan anak usia sekolah (AASP Chandradewi et al., 2025).

2.4.3 Fungsi Gizi Otak Dan Konsentrasi

1. Fungsi Gizi Otak

Gizi berperan penting dalam menjaga kesehatan dan fungsi optimal otak. Asupan nutrisi seimbang tidak hanya mendukung kinerja otak tetapi juga melindungi sel saraf dari kerusakan yang dapat menyebabkan gangguan kognitif dan penyakit neurodegeneratif seperti Alzheimer, Parkinson, dan ALS. Salah satu nutrisi utama bagi otak adalah asam lemak omega-3 (DHA) yang berfungsi menjaga struktur dan komunikasi antar sel saraf meningkatkan daya ingat serta melindungi otak dari peradangan dan stres oksidatif. Kecukupan DHA sangat penting sejak masa kehamilan hingga usia lanjut karena berpengaruh terhadap perkembangan otak fungsi kognitif dan penglihatan Selain itu antioksidan seperti vitamin C, vitamin E, dan karotenoid juga berperan dalam melawan radikal bebas yang dapat mempercepat penuaan otak dan memicu kerusakan sel saraf (Kiki Fibrianto et al., 2025).

2. Fungsi gizi konsentrasi

Gizi berperan penting dalam menjaga konsentrasi dan kemampuan belajar anak usia sekolah karena mendukung fungsi otak sistem saraf serta keseimbangan energi tubuh. Asupan karbohidrat kompleks seperti nasi, roti, gandum dan ubi ubian memberikan energi stabil untuk membantu anak tetap fokus sepanjang hari sedangkan protein berfungsi dalam pembentukan jaringan otak dan neurotransmitter yang berperan dalam proses berpikir serta memori. Lemak sehat seperti omega-3 dan omega-6 dari ikan laut, kacang-kacangan dan minyak nabati turut menunjang perkembangan sel otak dan fungsi kognitif. Selain itu vitamin dan mineral seperti vitamin B kompleks, vitamin D, kalsium, zat besi, dan yodium juga berkontribusi besar terhadap daya konsentrasi. vitamin B kompleks membantu metabolisme energi otak vitamin D dan kalsium mendukung fungsi saraf zat besi mencegah anemia yang menurunkan fokus, sedangkan yodium berperan dalam pembentukan

hormon tiroid yang memengaruhi perkembangan otak dan kecerdasan. Oleh karena itu pemenuhan gizi seimbang yang mencakup karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, vitamin, mineral, serta cairan yang cukup sangat penting untuk menjaga konsentrasi meningkatkan kemampuan berpikir dan menunjang prestasi belajar anak usia sekolah (Ai Kustiani et al., 2025).

2.4.4 Pengaruh Makanan Bergizi Pada Otak

Makanan bergizi tidak hanya berperan dalam menunjang pertumbuhan tubuh dan menjaga daya tahan terhadap penyakit, tetapi juga berpengaruh besar terhadap peningkatan daya ingat dan kecerdasan. Asupan gizi yang cukup membantu pembentukan serta fungsi optimal jaringan otak, sehingga otak mampu menyimpan dan mengolah informasi dengan lebih baik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak yang memperoleh nutrisi cukup, terutama dari kalori dan protein, memiliki kemampuan berpikir abstrak, daya ingat, kemampuan verbal, dan tingkat kecerdasan yang lebih tinggi dibandingkan anak yang kekurangan gizi. Sebaliknya, kekurangan gizi dalam jangka panjang dapat mengganggu metabolisme otak dan berdampak pada penurunan fungsi kognitif, terutama bila terjadi sejak masa janin. Bayi yang mengalami kekurangan gizi selama dalam kandungan berisiko lahir dengan berat badan rendah dan ukuran otak yang lebih kecil, yang kemudian dapat memengaruhi kemampuan berpikir, berkomunikasi, dan berinteraksi ketika dewasa. Dengan demikian, pemenuhan gizi yang baik sejak dini memiliki peranan penting dalam mendukung perkembangan otak dan kecerdasan anak (Ike Putri Setyatama et al., 2025).

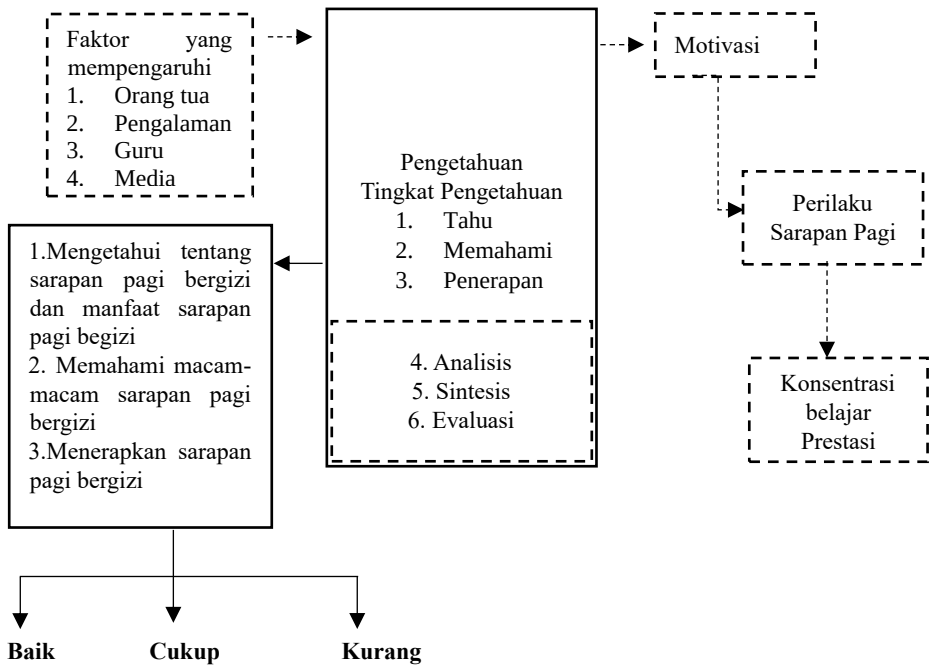
2.5 Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

2.5.1 Tabel perbandingan penelitian sebelumnya Gambaran Tingkat pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya sarapan pagi Bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang

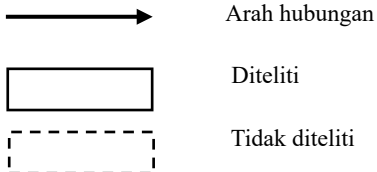
Judul Peneliti, Tahun penerbit	Variabel	Metode Penelitian	Hasil	Novelty
Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Sarapan Pada Anak SD (Harahap, 2025)	Independen: Pengetahuan Gizi Dependen: Kebiasaan Sarapan	Analitic, cross-selectional, kuesioner	Anak dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki kebiasaan sarapan pagi yang baik	Menghubungkan pengetahuan dan perilaku, belum fokus pada makna sarapan bergizi

Judul Peneliti, Tahun penerbit	Variabel	Metode Penelitian	Hasil	Novelty
Hubungan Sarapan pagi dan makanan selingan dengan status gizi pada anak sekolah dasar (Sriwiyanti, MM, 2023)	Independen : Makanan selingan Dependen: Status gizi anak sekolah	Analitik cross sectional, uji Chi-Squer	Terdapat hubungan signifikan antara sarapan dan snack dengan status gizi ana SD	Fokus pada perilaku makan dan status gizi belum menilai pengetahuan anak
Hubungan peran Orang tua dengan kebiasaan sarapan anak sekolah dasar(Kiki Fibrianto et al., 2025)	Independen Peran orang tua Dependen: Kebiasaan sarapan	Analitik Cross Sectional	Peran orang tua berhubungan dengan kebiasaan sarapan anak	Menilai faktor keluarga bukan pengetahuan
Pengaruh edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Sarapan Bergizi Pada Siswa Sekolah Dasar(Infahni Zahra Hamri & Ari Suriani, 2025)	Independen: Edukasi Gizi Dependen: Tingkat Pengetahuan	Quasi eksperimen(p retest-posttest)	Terdapat peningkatan signifikan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi gizi	Menilai efektivitas edukasi belum menggambarkan kondisi awal pengetahuan secara deskriptif
Hubungan asupan energi sarapan dengan status gizi anak sekolah dasar(Nur et al., 2024)	Independen: Asupan energi Dependen: Status Gizi	Analitik Cross Sectional	Asupan energi sarapan berhubungan dengan status gizi lebih	Fokus pada asupan energi bukan pemahaman anak tentang sarapan pagi

2.6 Kerangka Konsep



Keterangan:



Gambar2.5 : Kerangka konsep gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar.

Sumber : Modifikasi konsep (Puji Setya Rini & Maya Fadlilah, n.d.), (Pradana & Pratama, 2

2. 7 Deskripsi Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian ini menggambarkan bahwa tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu peran orang tua, pengalaman, guru, dan media. Faktor-faktor tersebut berperan dalam membentuk pengetahuan anak yang mencakup kemampuan mengetahui manfaat sarapan pagi bergizi, memahami jenis-jenis sarapan bergizi, serta menerapkan kebiasaan sarapan pagi bergizi. Tingkat pengetahuan anak diukur berdasarkan ranah kognitif menurut taksonomi Bloom yang meliputi tahu, memahami, dan penerapan, serta didukung oleh proses kognitif lanjutan berupa analisis, sintesis, dan evaluasi. Berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki, pengetahuan anak dikategorikan menjadi baik, cukup, dan kurang. Tingkat pengetahuan tersebut selanjutnya memengaruhi motivasi anak, yang berperan dalam membentuk perilaku sarapan pagi. Perilaku sarapan pagi yang baik diharapkan dapat mendukung konsentrasi belajar dan prestasi anak sekolah dasar.

BAB 3

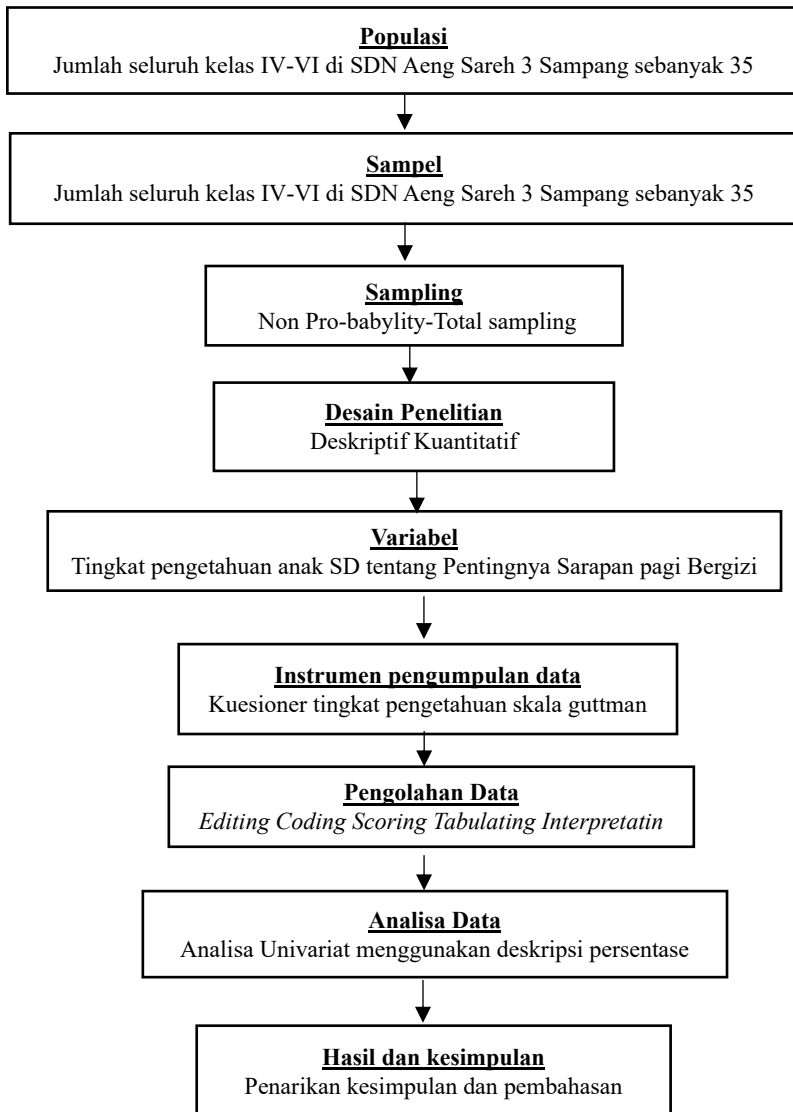
METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan serangkaian prosedur sistematis dan ilmiah yang dilakukan peneliti untuk membuktikan kebenaran atas pernyataan tertentu. Bab 3 dalam proposal ini menyajikan 1) desain / rancangan penelitian, 2) kerangka kerja, 3) desain pengambilan sample, 4) identifikasi variable, 5) definisi operasional, 6) pengumpulan data dan analisa data, 7) etika penelitian

3.1 Desain / Rancangan Penelitian

Desain penelitian merupakan suatu rencana kegiatan yang disusun dan dilaksanakan oleh peneliti secara sistematis serta objektif dalam proses pengumpulan, pengolahan dan penyajian data. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu rancangan penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan serta menjelaskan fenomena yang terjadi dalam suatu populasi secara faktual dan akurat tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Melalui pendekatan deskriptif ini peneliti berupaya memperoleh gambaran yang nyata mengenai tingkat pengetahuan anak sekolah tentang sarapan pagi bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar sebagaimana keadaan sebenarnya pada saat penelitian berlangsung sehingga hasil penelitian dapat menunjukkan kondisi aktual yang terjadi di lapangan (Chairunnisa et al., 2021).

3.2 Kerangka Kerja



3.3 Populasi, Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan keseluruhan individu dalam suatu kelompok atau objek yang menjadi sasaran dalam suatu penelitian dan hasilnya akan digeneralisasikan pada kelompok tersebut (I Ketut Swarjana, 2022). Dalam penelitian ini Populasi yang digunakan adalah seluruh Siswa kelas IV hingga kelas VI di SD Aeng Sareh 3 Sampang yang berjumlah 35 orang. Pemilihan siswa kelas IV–VI sebagai responden didasarkan pada pertimbangan bahwa pada tingkat tersebut siswa telah memiliki kemampuan berpikir yang memadai untuk memahami serta mengisi instrumen penelitian secara mandiri. Selain itu, siswa pada kelas atas menghadapi tuntutan akademik yang lebih besar, sehingga kebiasaan sarapan pagi memiliki peran penting dalam menunjang konsentrasi belajar di sekolah.

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil sebagai wakil untuk diteliti dan dijadikan sumber data dalam penelitian. Penggunaan sampel dilakukan apabila jumlah populasi terlalu besar, sehingga tidak memungkinkan peneliti meneliti seluruh anggotanya karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya. Dengan demikian peneliti memilih sebagian dari populasi yang dianggap mampu mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Sampel berfungsi untuk memperoleh data yang dapat menggambarkan kondisi populasi tanpa harus meneliti semua anggotanya. Hasil penelitian yang diperoleh dari sampel kemudian digeneralisasikan atau diberlakukan pada populasi. Oleh karena itu, dalam menentukan sampel harus dilakukan secara hati-hati agar sampel yang dipilih benar-benar representatif artinya memiliki ciri, sifat dan karakteristik yang sama dengan populasi penelitian sehingga hasil penelitian dapat dipercaya dan menggambarkan keadaan sebenarnya (I Ketut Swarjana, 2022). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV sampai kelas VI di SD Aeng Sareh 3 Sampang yang berjumlah 35 responden. Pemilihan seluruh siswa kelas IV–VI sebagai sampel dilakukan karena jumlah populasi relatif kecil sehingga memungkinkan seluruh anggota populasi untuk diteliti. Selain itu Siswa kelas IV–VI dinilai telah memiliki kemampuan kognitif yang memadai untuk memahami dan mengisi instrumen penelitian secara mandiri, sehingga data yang diperoleh lebih akurat dan dapat menggambarkan kondisi populasi secara menyeluruh.

3.3.3 Sampling

Sampling merupakan metode pengumpulan data di mana yang diteliti hanya sebagian elemen dari suatu populasi. Data yang diperoleh melalui sampling bersifat sebagai nilai perkiraan (*estimated value*). Apabila hasil perhitungan mencakup seluruh elemen populasi disebut parameter sedangkan hasil perhitungan yang hanya berdasarkan sampel disebut statistik (Rasul & Sonda, 2022). teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability-total sampling*. Teknik sampling adalah metode pengambilan sebagian anggota dari suatu populasi dengan tujuan agar sampel tersebut dapat mewakili atau menggambarkan karakteristik populasi secara keseluruhan (Bagus Sumargo et al., 2024).

3.4 Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel adalah proses menentukan faktor yang akan diteliti Variabel merupakan aspek yang dapat berubah dan diukur sesuai dengan tujuan penelitian (Monalisa et al., 2025). Variabel dalam penelitian ini yaitu Tingkat pengetahuan anak SD Kelas tentang pentingnya sarapan pagi bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan suatu variabel berdasarkan karakteristik yang dapat diamati sehingga peneliti dapat melakukan pengukuran dan observasi secara tepat terhadap suatu objek atau fenomena. Variabel operasional berfungsi sebagai indikator yang dapat diukur dan dihitung selama proses penelitian berlangsung Melalui definisi operasional peneliti dapat menentukan metode pengukuran yang jelas menghindari ambiguitas serta mencegah perbedaan penafsiran terhadap istilah yang digunakan (Hasbiah et al., 2024).

Tabel 3.5.1 Definisi Operasional Gambaran tingkat pengetahuan anak SD kelas IV-VI tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aeng Sareh 3 sampang

Variabel	Definisi Oprasional	Indikator	Instrumen	Skala Data	Skoring
Tingkat pengetahuan tentang pentingnya Sarapan pagi Bergizi	Hasil proses kognitif seseorang dalam mengetahui, memahami, dan menerapkan informasi mengenai pentingnya sarapan pagi bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar	1. Mengetahui tentang sarapan pagi bergizi dan manfaat sarapan pagi bergizi. 2. Memhami jenis-jenis makanan bergizi 3. Menerapkan kebiasaan sarapan pagi bergizi	Kuisisioner <i>close ended</i> menggunakana n Skala Gutmen	ordinal	Skor jawaban Pengetahuan dan memahami Benar =1 Salah =0 Skor jawaban penerapan Ya=1 Tidak=0 Untuk pertanyaan positif 14 item pertanyaan negatif 1 Interpretasi: 0-5= tingkat pengetahuan kurang 6-10=tingkat pengetahuan cukup 11-15=tingkat pengetahuan baik

3.6 Pengumpulan dan Analisa Data

3.6.1 Proses Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data adalah tahap memperoleh informasi sesuai tujuan penelitian dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel. Kegiatan ini dilakukan melalui metode yang tepat, baik kuesioner, wawancara, maupun observasi, agar data yang diperoleh akurat dan dapat dipertanggung jawabkan (Kusumastuti et al., 2021).

Adapun langkah- langkahnya dalam pengumpulan data pada penelitian ini yaitu: 1) Persetujuan penulisan karya tulis ilmiah dari pembimbing.

- 2) Mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura.
- 3) Peneliti menghubungi pihak sekolah SDN Aengsareh 3 Kabupaten Sampang setelah mendapatkan izin dari Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura.
- 4) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian serta meminta calon responden (siswa) untuk menandatangani surat persetujuan (informed consent).
- 5) Responden yang telah menyetujui akan diberikan instrumen penelitian berupa kuesioner yang dilaksanakan secara langsung di sekolah.
- 6) Peneliti mengumpulkan dan mengoreksi seluruh hasil kuesioner serta memberikan skor pada setiap data yang terkumpul.
- 7) Menentukan skor pada setiap item hasil kuesioner.
- 8) Membuat tabulasi data, menyajikan hasil, serta melakukan pembahasan dan penarikan kesimpulan dari hasil penelitian.

3.6.2 Instrumen Penelitian dalam Kuesioner

Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner closed-ended dengan skala Gutmen dengan pilihan jawaban benar dan salah merupakan kuesioner yang menyediakan sebuah pertanyaan-pertanyaan yang sudah tersedia dengan pilihan jawaban, sehingga responden langsung memilih jawaban yang sudah di sediakan (Islamiani Safitri et al., 2024).

3.6.3 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian yang akan dilaksanakan pada tanggal 26 Desember 2025 di SDN Aeng Sareh 3 Kabupaten Sampang.

No	Jenis Kegiatan	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
1	Persiapan (Propoal Instrumen)						
2	Seminar Proposal & Revisi						
3	Pengumpulan Data						
4	Analisa Data						
5	Penyusunan Laporan & dan seminar hasil						
6	Perbaikan laporan & Ujian Akhir						

3.6.4 Pengolahan Data

Data dari kuesioner yang sudah di isi oleh responden akan dikumpulkan dan kemudian akan diproses sebagai berikut:

1. *Editing*

Editing adalah tahap awal dalam pengolahan data penelitian yang bertujuan untuk memeriksa dan memastikan kelengkapan, kejelasan, serta ketepatan data yang telah dikumpulkan. Pada tahap ini, peneliti melakukan koreksi terhadap data yang kurang lengkap, tidak jelas, atau keliru sebelum data tersebut ditabulasi dan dianalisis secara statistik (Umami, 2021).

2. *Coding*

Coding adalah proses memberi kode angka pada data untuk memudahkan analisis Data kategoris seperti jenis kelamin atau pekerjaan perlu dikode sedangkan data numerik seperti umur tidak. Kode harus konsisten tidak hilang dan umumnya dimulai dari angka kecil agar mudah diolah dan diinterpretasikan (Tri Cahyono, n.d.).

1) Jenis Kelamin

- (1) Laki-Laki : diberikode 1
- (2) Perempuan : diberikode 2

2) Umur Responden

- (1) 10 tahun : diberikode 1
- (2) 11 tahun : diberikode 2
- (3) 12 tahun : diberikode

- 3) Kelas
 - (1) Kelas 4 : diberikode 1
 - (2) Kelas 5 : diberikode 2
 - (3) Kelas 6 : diberikode 3
- 4) Kategori
 - (1) Baik : diberikode 1
 - (2) Cukup : diberikode 2
 - (3) Kurang : diberikode 2

3. *Scoring*

Scoring merupakan peroses pemberian nilai pada setiap item yang telah dijawab oleh responden kegiatan ini dilakukan untuk menetapkan skor atau angka pada lembar jawaban sesuai dengan skala yang digunakan (Bagus Sumargo et al., 2024).

Variabel Tingkat Pengetahuan Anak SD tentang pentingnya sarapan pagi bergizi

Skor jawaban positif:

- (1) Benar : 1
- (2) Salah : 0

4. *Tabulating*

Tabulating adalah proses merangkum hasil kuesioner ke dalam tabel utama yang memuat semua jawaban responden dalam bentuk kode dan pada pengolahan data elektronik entri data sekaligus menjadi proses tabulasi (Tri Cahyono, n.d 2024.). Tabulasi data melampirkan distribusi frekuensi data umum dan data khusus yaitu tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi dengan nilai maksimal 15 dan nilai minimal 0.

5. *Interpretating*

Interpretating dalam penelitian adalah proses memberikan makna pada setiap data yang sudah di peroleh sehingga membantu peneliti dalam menentukan dan mengetahui tujuan penelitian dalam bentuk persentase (Sugiarto, 2022).

Hasil analisa kuesioner diinterpretasikan sebagai berikut:

Hasil penelitian diinterpretasikan dengan persentase:

$$P = \frac{\sum f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

1. P = Persentase
2. f = Jumlah responden
3. n = jumlah seluruh responden

Hasil penelitian data dalam bentuk persentase dengan menggunakan skala kuantitatif sebagai berikut:

- | | |
|--------------|----------------------|
| 1) 100% | : Seluruh |
| 2) 76% - 99% | : Hampir Seluruh |
| 3) 51% - 75% | : Sebagian Besar |
| 4) 50% | : Setengahnya |
| 5) 26% - 49% | : Hampir Setengahnya |
| 6) 1% - 25% | : Sebagian Kecil |
| 7) 0% | : Tidak Satupun |

3.6.5 Analisa Data

Analisa data adalah proses mengelola dan menafsirkan data agar bermakna serta dapat digunakan untuk menjawab tujuan penelitian dan mendukung pengambilan keputusan (Sugiarto, 2022). Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dengan statistik deskriptif. Data yang diperoleh dari kuesioner berupa jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Skor total dari masing-masing responden kemudian dihitung dan dikonversikan ke dalam bentuk persentase untuk menggambarkan tingkat pengetahuan anak sekolah tentang sarapan pagi bergizi dalam mendukung konsentrasi belajar. Hasil analisis disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase guna menunjukkan kategori tingkat pengetahuan responden yaitu baik cukup dan kurang.

Nilai maksimal dari kuesioner variabel Tingkat Pengetahuan adalah 15 dengan nilai minimal adalah 0 penentuan kategori tingkat pengetahuan dihitung menggunakan rumus interval kelas sebagai berikut.

Interval = (Nilai Maksimal - Nilai Minimal) / Jumlah Kategori

$$= (15-0)/3$$

$$=15/3$$

$$=5$$

1. 0-5

2. 6-10

3. 11-15

Berdasarkan perhitungan tersebut, maka kategori tingkat pengetahuan dibagi sebagai berikut:

(1) Baik = 11-15

(2) Cukup = 6-10

(3) Kurang =0-5

(4)

3.7 Etika Penelitian

3.7.1 Persetujuan (*Informed Consent*)

Peneliti berupaya menjaga kenyamanan dan ketenangan responden selama proses wawancara dengan menyesuaikan waktu dan tempat sesuai kesepakatan responden (Chichi Hafifa Transyah, 2023).

3.7.2 Tanpa nama (*Ananomyty*)

Dalam penelitian ini diterapkan prinsip anonimitas yaitu tidak mencantumkan nama asli responden. Identitas responden hanya ditandai dengan inisial untuk menjaga kerahasiaan pribadi mereka Chichi Hafifa Transyah, 2023).

3.7.2 Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Seluruh data dan informasi yang diperoleh dari responden dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, baik melalui percakapan maupun melalui tulisan (Chichi Hafifa Transyah, 2023).

3.8 Keterbatasan

1. pada saat penelitian dikhawatirkan terdapat responden yang mengisi dengan terburu buru sehingga hasil jawaban dari responden dikhawatirkan kurng maksimal
2. Pada saat pengumpulan data di dalam kelas sebagian responden masih bergurau dan berbicara dengan teman sebangku sehingga kurang memperhatikan instruksi peneliti selain itu beberapa responden terlihat mencontoh jawaban teman dan tidak mengisi kuesioner secara mandiri sesuai dengan pemahaman dan kepercayaan diri sendiri.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian merupakan penyajian dari hasil pengumpulan dan analisa data, meliputi aspek geografi, demografi, data umum, serta data khusus. Hasil pengumpulan dan analisa data disajikan dalam bentuk tabel untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif terkait hasil penelitian (Kusumastuti et al., 2021).

4.1.1 Deskripsi/gambaran umum tempat penelitian

1. Data geografi

SDN Aengsareh 3 adalah salah satu sekolah dasar negeri di Kabupaten Sampang yang berlokasi di Dusun Demongan, Desa Aeng Sareh, Kecamatan Sampang. SDN Aengsareh 3 memiliki luas kurang lebih 2.096 m². Batas-batas SDN Aengsareh 3 adalah sebagai berikut:

1. Batas utara : Permukiman warga
2. Batas timur : Permukiman warga
3. Batas selatan : Jalan raya
4. Batas barat : Sawah

2. Data demografi

SDN Aeng Sareh 3 merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berada di Kabupaten Sampang dengan status akreditasi B. Sekolah ini memiliki 92 peserta didik aktif yang dibimbing oleh 10 pendidik dan tenaga kependidikan. Data tersebut diperoleh dari Residu Data Induk Pendidikan (Dapodik) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah tahun 2026. Adapun sarana dan prasarana yang dimiliki SDN Aengsareh 3 meliputi enam ruang kelas yang masing-masing telah dilengkapi dengan kipas angin, satu ruang kantor guru, satu ruang perpustakaan yang telah dilengkapi dengan televisi, dua kamar mandi serta satu lapangan multifungsi.

4.1.2 Hasil penelitian data umum

1. Data umum jenis kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Kelas 4- 6 SDN Aeng Sareh 3 Sampang Tahun 2026

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase
1	Laki-Laki	13	37%
2	Perempuan	22	63%
Total		35	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 4.1 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 22 orang (63%) berjenis perempuan dan hampir setengahnya responden sebanyak 13 orang (37%) berjenis kelamin laki-laki.

2.Data umur responden

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Umur Kelas 4- 6 SDN Aeng Sareh 3 Sampang Tahun 2026

No	Usia	Frekuensi	Prosentase
1	10 tahun	7	20%
2	11 tahun	15	43%
3	12 tahun	13	37%
Total		35	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 4.2 Menunjukan hampir setengahnya responden berusia 11 tahun sebanyak 15 orang (43%) dan sebagian kecil berusia 10 tahun sebanyak 7 orang (20%).

3. Data umum kelas responden

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pembagian Kelas 4- 6 SDN Aeng Sareh 3 Sampang Tahun 2026

No	Kelas	Frekuensi	Prosentase
1	Kelas 4	7	20%
2	Kelas 5	15	43%
3	Kelas 6	13	37%
Total		35	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 4.3 menunjukan hampir setengahnya responden kelas V sebanyak 15 orang (43%), sedangkan sebagian kecil kelas IV sebanyak 7 orang (20%)

4.1.3 Hasil penelitian data khusus

1. Data khusus katagori responden

Tabel .4.4 Distribusi Frekuensi Pendidikan Kelas 4- 6 SDN Aeng Sareh 3 Sampang Tahun 2026

No	Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	25	71%
2	Cukup	9	26%
3	Kurang	1	3%
Total		35	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 4.4 menunjukan Berdasarkan tingkat pengetahuan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 25 orang (71%), sedangkan

sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (3%).

4.5 Tabel Distribusi Nilai Maksimal, Minimal Dan Rata-rata Variabel Pengetahuan, Pemahaman Dan Penerapan Kelas 4-6 SDN Aeng Sareh 3 sampang Tahun 2026

No	Variabel	Maksimal	Minimal	Rata-Rata
1	Pengetahuan 1- 5	35	31	33,4
2	Memahami 6-10	35	27	33
3	Penerapan 11-15	29	29	23,2

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 4.5 menunjukan nilai maksimal, minimal dan rata- rata pada variabel tingkat pengetahuan, pemahaman dan penerapan kelas 4-6 di SDN Aeng sareh 3 Sampang. Rata-rata tertinggi terdapat pada aspek pengetahuan (33,4), sedangkan aspek penerapan memiliki rata-rata paling rendah (23,2).

4.2 Pembahasan

Sebagian besar anak sekolah dasar di SDN Aeng Sareh 3 sampang berada pada kategori tingkat pengetahuan baik yaitu jumlahsebanyak 25 orang (71%). Meskipun jumlah responden dengan tingkat pengetahuan kurang sangat sedikit, keberadaannya tetap menunjukkan bahwa tidak semua siswa memiliki pemahaman yang sama mengenai materi yang diteliti. Dengan jumlah responden sebanyak Sementara itu hanya sebagian kecil siswa yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Dari total 35 siswa, responden hasil penelitian ini memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi bahwa secara umum tingkat pengetahuan anak sekolah dasar kelas IV – VI di SDN Aeng sareh 3 Sampang secara keseluruhan 4-6 di SDN Aeng sareh 3 Sampang di SDN Aeng sareh 3 Sampang memiliki tingkat pengetahuan baik meskipun masih terdapat beberapa anak sekolah dasar yang belum memiliki pemahaman yang optimal

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar anak sekolah dasar kelas IV–VI di SDN Aeng sareh 3 Sampang telah memiliki pemahaman yang baik terkait sarapan pagi bergizi. Pemahaman ini mencerminkan bahwa siswa mampu mengenali pentingnya sarapan pagi sebagai salah satu upaya pemenuhan kebutuhan gizi harian yang berperan dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan, menjaga kondisi kesehatan, serta meningkatkan konsentrasi dan kesiapan belajar di sekolah Secara konseptual pengetahuan merupakan aspek kognitif yang berfungsi sebagai landasan dalam pembentukan sikap dan perilaku kesehatan. Oleh karena itu, pengetahuan gizi yang baik diharapkan dapat mendorong siswa untuk membentuk kebiasaan positif khususnya dalam membiasakan konsumsi sarapan pagi bergizi. Pada usia sekolah dasar kemampuan kognitif anak telah berkembang sehingga mereka lebih mampu menerima, memahami dan mengingat informasi kesehatan termasuk manfaat sarapan pagi serta risiko yang dapat timbul apabila sarapan tidak dilakukan secara teratur. Namun demikian, pengetahuan yang baik tidak selalu secara langsung

tercermin dalam praktik sehari-hari karena perilaku sarapan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti dukungan keluarga, lingkungan sekolah dan ketersediaan makanan (Aritonang, 2025).

Menurut pandangan peneliti banyaknya siswa yang memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai sarapan pagi bergizi menunjukkan bahwa responden telah memperoleh informasi yang memadai tentang pentingnya sarapan pagi. Kondisi ini diduga dipengaruhi oleh karakteristik responden di mana mayoritas siswa berjenis kelamin perempuan serta berada pada rentang usia 10–12 tahun dan jenjang kelas IV–VI yang secara kognitif telah mampu menerima dan memahami informasi kesehatan dengan baik. Peneliti menilai bahwa peran sekolah melalui kegiatan pembelajaran serta dukungan keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak turut berkontribusi terhadap tingkat pengetahuan siswa. Namun demikian, masih ditemukannya siswa dengan tingkat pengetahuan cukup dan kurang menunjukkan adanya perbedaan pemahaman di antara responden. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa penguatan edukasi gizi perlu terus dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama antara pihak sekolah dan orang tua, agar pengetahuan yang dimiliki siswa tidak hanya terbatas pada pemahaman tetapi juga dapat diterapkan secara konsisten dalam kebiasaan sarapan pagi bergizi dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat pengetahuan dan pemahaman yang baik mengenai pentingnya sarapan pagi bergizi, Namun saat proses penelitian berlangsung beberapa anak SDN Aengsareh 3 sampang mengungkapkan bahwa mereka tidak terbiasa sarapan pagi. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan antara pengetahuan dan kebiasaan sehari-hari yang terlihat dari aspek penerapan yang masih lebih rendah. Kondisi ini tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti waktu berangkat terlalu pagi, makanan yang belum siap, menu yang kurang sesuai serta kebiasaan di rumah. Dengan demikian pengetahuan yang baik belum tentu diikuti oleh perilaku yang sesuai tanpa dukungan dari lingkungan keluarga.

BAB 5

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak sekolah dasar kelas IV–VI di SDN Aengsareh 3 Sampang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai sarapan pagi bergizi.

1.2 Saran

1.2.1 Bagi peneliti keperawatan selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti keperawatan selanjutnya untuk mengembangkan penelitian di bidang gizi anak usia sekolah dengan menambah jumlah responden, variabel penelitian serta metode yang lebih beragam agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

5.2.2 Bagi SDN Aeng Sareh 3 sampang

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan edukasi gizi melalui kegiatan pembelajaran maupun program kesehatan sekolah untuk memperkuat pengetahuan dan kebiasaan sarapan pagi bergizi pada siswa

5.2.3 Bagi anak sekolah dasar

Responden diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang dimilikinya dengan membiasakan sarapan pagi bergizi secara teratur untuk menunjang kesehatan dan proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- AASP Chandradewi, S. K. M. M. K., Munifa, S. K. M. M. P. H., & Ribkha Itha Idhayanti, M. K. (2025). *BUKU AJAR ILMU GIZI*. Optimal Untuk Negeri. <https://books.google.co.id/books?id=euuHEQAAQBAJ>
- Ai Kustiani, S. G. M. S., Domili, I., Gz, D. A. M., Dr. Ir. Luki Mundiastuti, M. K., Al Rivan Marsyah Dzikri, S. T. M. T., & Ns. Indra Tri Astuti, M. K. S. K. A. (2025). *BUKU AJAR GIZI DALAM DAUR KEHIDUPAN*. Optimal Untuk Negeri. <https://books.google.co.id/books?id=aeuHEQAAQBAJ>
- Andriati, R., & Nuraini, R. (2020). Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswi. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1), 51–54. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/JAM/article/view/75>
- Ari Prasetyo, S. E. M. S. D., Abidillah, A. F., Hendratmi, A., Hasan, A. S., Hadinata, A. H., Akhsan, A. M., Hamdi, B., Wijayanti, D., Marshall, I. G., & others. (2021). *Ekonomi Islam : PERSPEKTIF FILSAFAT & ILMU PENGETAHUAN*. Zifatama Jawa. <https://books.google.co.id/books?id=gI0gEAAAQBAJ>
- Aritonang, D. P. (2025). *No Title*. 6(2).
- Bagus Sumargo, M. S., Budyanra, S. S. T. S., & Robert Kurniawan, M. S. (2024). *Metode dan Pengaplikasian Teknik Sampling*. Bumi Aksara. <https://books.google.co.id/books?id=1HUbEQAAQBAJ>
- Farida Isroani, S. P. I. M. P. S. M. M. E. P. D. D. H. A. Q. M. A. P. H. P. M. P. D. A. R. K. M. P. Y. Y. S. S. T. M. K. M. K. R. Y. M. P. A. M. F. K. S. S. T. P. M. M. A. S. E. M. P. (2023). *Psikologi Perkembangan*. LovRinz Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=0fTLEAAAQBAJ>
- Gede Yenny Apriani, D. (2022). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak Kelas 4-6 Sekolah Dasar Negeri 1 Tiyinggading. *Jurnal Medika Usada*, 5(1), 16–21. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v5i1.115>
- Harahap, F. D. (2025). Pengaruh Sarapan Pagi terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SD di kota Medan. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(3), 1–4. <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i3.1623>
- Hasbiah, S., Anwar, A., Hasdiansa, I. W., & Bairizki, A. (2024). *Pengantar Metodologi Penelitian Bisnis*. Seval Literindo Kreasi. https://books.google.co.id/books?id=_382EQAAQBAJ
- Herayani, D. F., Hernanda, R., Wijayanto, W. P., & Setiawan, A. E. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Pada Anak di SD Mis Sa Al-Husna Purbolinggo. *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)*, 3(1), 20–28.
- Hidayat, M. F., & Nurhayati, F. (2021). Hubungan kebiasaan sarapan dengan konsentrasi belajar. *Bima Loka: Journal of Physical Education*, 1(2), 72–82. <https://doi.org/10.26740/bimaloka.v1i2.11489>
- I Ketut Swarjana, S. K. M. M. P. H. D. P. H. (2022). *POPULASI-SAMPEL, TEKNIK SAMPLING & BIAS DALAM PENELITIAN*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=87J3EAAAQBAJ>
- Ike Putri Setyatama, S. S. T. M. K., Wahyu Nindi Sayekti, S. S. T. M. K., Rifda Nur Achriyana Arif, S. K. N. M. K., Diyah Sri Yuhandini, S. S. T. S. K. M. M. P., Bdn. Rizki Amalia, S. S. T. M. K., & Prima Daniyati Kusuma, S. K. N. M. K. (2025). *BUKU REFERENSI EDUKASI NUTRISI UNTUK MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR ANAK*. Optimal Untuk Negeri.

- <https://books.google.co.id/books?id=qdF-EQAAQBAJ>
Infahni Zahra Hamri, & Ari Suriani. (2025). Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Dan Prestasi Belajar Anak Sd. *Journal Central Publisher*, 2(5), 2043–2047. <https://doi.org/10.60145/jcp.v2i5.443>
- Islamiani Safitri, D. L. R. D. N. W. I. N. R. A. M. W. S. M. F. I. T. R. S. I. D. S. R. F. S. O. N., Edi Istiyono, W., & Hapsan, A. (2024). *TEORI PENGUKURAN DAN EVALUASI*. CV. Ruang Tentor.
https://books.google.co.id/books?id=NWf_EAAAQBAJ
- Ismiati, T. T., Widhawati, R., Mahmudatussaadah, A., Dewi, F. R., Prihatina, R. A., Lestari, N. E., Laksono, R. D., Ulfa, L., Judijanto, L., Rianty, E., & others. (2024). *DASAR - DASAR GIZI : Pengantar Lengkap untuk Nutrisi dan Kesehatan Optimal*. PT. Green Pustaka Indonesia.
<https://books.google.co.id/books?id=1vIMEQAAQBAJ>
- Kiki Fibrianto, S. T. P. M. P., Dr. Siti Narsito Wulan, S. T. P. M. P., Onky Audika Ferrasta, S. T. P., & Eka Shinta Wulandari, S. T. P. M. P. (2025). *Gizi Sensoris dan Kognisi Pangan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan dan Perilaku Konsumsi*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
<https://books.google.co.id/books?id=XtF9EQAAQBAJ>
- Kom, N. D. M. P. M. K. S. K. (2024). *TUGAS KESEHATAN KELUARGA DALAM PEMENUHAN NUTRISI ANAK USIA SEKOLAH*. RIZMEDIA PUSTAKA INDONESIA. <https://books.google.co.id/books?id=brT4EAAAQBAJ>
- Kusumastuti, A., Khoiron, A. M., & Achmad, T. A. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=AU5PEQAAQBAJ>
- Liberty, I. A., Septadina, I. S., Rizqie, M. Q., & Ananingsih, E. S. (2023). *Indeks Antropometri sebagai Alat Skrining Community Childhood Obesity pada Anak di Sekolah Dasar*. Penerbit NEM.
<https://books.google.co.id/books?id=6J7sEAAAQBAJ>
- Ma'arif, M. Z., Duwairoh, A. M., & Firdauz, A. S. (2020). Hubungan Antara Sarapan Pagi Dengan Tingkat. *Jurnal Penelitian*, 1(1), 52–57.
<https://www.semanticscholar.org/paper/HUBUNGAN-ANTARA-SARAPAN-PAGI-DENGAN-TINGKAT-BELAJAR/356d5b8b429b89649e4282f15a7ee1b1c246e5b9>
- Mawarni, E. (2021). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Siswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 159–167. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2900>
- Monalisa, M., Kusumastuti, Y., Suparyati, A., Sepriano, S., & Pamela, E. (2025). *Metodologi Penelitian Kuantitatif:: Pengembangan Hipotesis dan Pengujiannya*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
<https://books.google.co.id/books?id=qSBNEQAAQBAJ>
- Ns. Chichi Hafifa Transyah, S. K. M. K. N. R. S. S. K. M. K. Y. S. K. (2023). *TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA HIPERTENSI*. CV. AZKA PUSTAKA.
<https://books.google.co.id/books?id=IIHAEAAAQBAJ>
- Nur, L. N., Khairani, M. D., Muharramah, A., Laila, B. N., & HS, N. A. (2024). Edukasi Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Anak Usia Sekolah (Pentasuka) Di Sd Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 60–72. <https://doi.org/10.53823/jpgkm.v1i2.72>
- Nurlita, Arfanda, dan R. (2024). Jurnal dunia pendidikan. *Jurnal Dunia Pendidikan*,

- 3(November), 1658–1668.
<http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Pascasarjana, P., Masyarakat, K., & Mitra, S. (2020). *Perilaku sarapan pagi anak sekolah dasar*.
- Perak Maruli Asi Roha Hutagalung, S. S. T. M. K. M., Herlina Evi Yanti Manik, S. S. T. M. K. M., & Ns. Nasrullah, S. K. M. K. (2024). *Pengetahuan Masyarakat tentang Terapi Emotional Freedom Technique sebagai Upaya Mengatasi Trauma Pasca Bencana Alam Tanah Longsor. Selat Media*.
<https://books.google.co.id/books?id=BpIZEQAAQBAJ>
- Pradana, F. I., & Pratama, M. G. (2024). *Life Hacks : Biar Gak Selalu di Titik yang Sama! : Jariah Publishing. Jariah Publishing Intermedia*.
<https://books.google.co.id/books?id=2h83EQAAQBAJ>
- Prof. Dr. Ir. Sugiarto, M. S. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN BISNIS*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=qTpcEAAAQBAJ>
- Puji Setya Rini, S. K. N. M. K., & Maya Fadlilah, S. K. N. M. K. (n.d.). *TINGKAT PENGETAHUAN PERAWAT TENTANG PENERAPAN PRINSIP ENAM TEPAT DALAM PEMBERIAN OBAT DI RUANG RAWAT INAP*. wawasan Ilmu.
<https://books.google.co.id/books?id=i6-ZEAAAQBAJ>
- Rasul, A., & Sonda, R. (2022). *Statistika Pendidikan Matematika*. CV Kreator Cerdas Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=jvx5EAAAQBAJ>
- Rulviana, V., & Kusumawati, N. (2025). *TELAAH DAN PENGEMBANGAN KURIKULUM DI SEKOLAH DASAR*. CV. AE MEDIA GRAFIKA.
<https://books.google.co.id/books?id=4ZlfeQAAQBAJ>
- Saraswati, D., Hidayanti, L., Listyawardhani, Y., Yulmiftianto, L., & Puspareni, L. D. (2025). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Komunitas Kesehatan (BUNAKEN) Edukasi Pentingnya Sarapan Pagi Pada Anak Sekolah Dasar*. 3(2), 58–63.
- Simbolon, N., Sitanggang, Y. B., & Sarumaha, F. E. (2025). *HUBUNGAN SARAPAN PAGI DAN STATUS GIZI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH DASAR SWASTA KATOLIK ASSISI MEDAN TAHUN 2025 THE RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST AND NUTRITIONAL STATUS WITH LEARNING CONCENTRATION OF STUDENTS AT CATHOLIC PRIVATE ELEMENTARY*. 13(2), 1–14.
- Sriwiyanti, MM, S. S. P. (2023). *Pentingnya Pendidikan Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Sekolah Dasar (SD)*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
<https://books.google.co.id/books?id=w17gEAAAQBAJ>
- Tri Cahyono, S. K. M. M. S. (n.d.). *Pendekatan Praktis Metodologi Penelitian Proposal - Laporan - Publikasi*. Deepublish.
<https://books.google.co.id/books?id=g6c2EQAAQBAJ>
- Umami, A. (2021). *Konsep Dasar Biotatistik*. Pelita Medika.
<https://books.google.co.id/books?id=XQYiEAAAQBAJ>
- Wahyuningsih, N., Martaningsih, T., & Supriyanto, A. (2021). *MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI BAGI TUBUH*. Penerbit K-Media.
<https://books.google.co.id/books?id=U1Y5EAAAQBAJ>

Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden

Informed Consent

Yang terhormat, calon responden penelitian. Perkenalkan nama saya “Niswatis Sakiyah” saya adalah mahasiswa tingkat akhir prodi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura.

Saat ini saya sedang menyusun penelitian yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang”, saya sangat membutuhkan bantuan saudara/i untuk berpartisipasi dalam proses penelitian ini untuk menjadi responden penelitian, sebagai bentuk etika penelitian, saya menjamin kerahasiaan data yang saudara/i berikan. Data yang diterima dari saudara/i akan disampaikan sebagai laporan hasil penelitian tanpa menyebutkan nama saudara/i.

Besar harapan saya saudara/i saudara berkenan untuk menjadi responden dalam penelitian ini serta bersedia mengisi form pernyataan bersedia menjadi responden. Atas kebaikan dan perkenaan saudara/i kami sampaikan terimakasih.

Hormat saya,
Peneliti

Niswatis Sakiyah
33412301089

LEMBAR PERNYATAAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN

Setelah saya membaca dengan jelas informed consent yang sudah diberikan, maka dengan ditandatanganinya pernyataan ini, saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang”

Demikian surat pernyataan ini saya isi dengan sebenarnya dari kemauan saya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Hormat saya,
Responden

Nama (Inisial)

Lampiran 3 Surat Permonan Pengambilan Data Awal



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA**

Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281

Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040

Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 2562/PL34.1/DV.01.18/2025
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan
Data Awal Penelitian

29 September 2025

Kepada

Yth:

Kepala Sekolah SDN Aeng Sareh 3 Kab.

Sampang di Tempat

Sehubungan dengan keperluan penelitian Tugas Akhir (TA) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 2 (Dua) mahasiswa berikut:

No	NRP	Nama	Keperluan	Judul TA
2	33412301089	Niswatis Sakiyah	Jumlah data siswa SDN Aeng Sareh 3 Sampang	Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar tentang Pentingnya Sarapan Pagi dalam Mendukung Konsentrasi Belajar

Untuk melakukan penelitian di tempat yang bapak/ibu pimpin. Demikian surat permohonan ini kami. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BBSE

Lampiran 4 Surat Balasan Pengambilan Data Awal

	PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG DINAS PENDIDIKAN UPTD SDN AENGSAH 3 Jl. Raya Aengsareh Desa Aengsareh Kec. Sampang Kab. Sampang (69251) Email : sdnengsareh3spp@gmail.com website : -	
SURAT KETERANGAN		
Nomor: 424/ 196 /434.201.200.337/2025		
Yang bertanda tangan di bawah ini :		
Nama	: WINADIFAH, S.Pd	
NIP	: 19780206 200312 2 003	
Jabatan	: Kepala UPTD SDN AENGSAH 3	
Alamat	: Jl. Raya Aengsareh Sampang	
Dengan ini menerangkan bahwa :		
N a m a	: NISWATIS SAKIYAH	
NRP	: 33412301089	
Jurusan / Program Studi	: Kesehatan/D3 Keperawatan	
Asal Universitas	: Politeknik Negeri Madura	
Alamat	: Jl. Raya Camplong Km. 4 Taddan	
Judul TA	: Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar tentang Pentingnya Sarapan Pagi dalam Mendukung Konsentrasi Belajar	
Dapat melaksanakan Kegiatan Penelitian di Sekolah Kami untuk mengambil data awal penelitian yang di perlukan. Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.		
 Sampang, 9 Desember 2025 Kepala UPTD SDN Aengsareh 3 WINADIFAH, S.Pd NIP. 19780206 200312 2 003		

Lampiran 5 Surat Permonan Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI **POLITEKNIK**
NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP: 081360034040 Laman:
www.poltera.ac.id

Nomor : 0095/PL34.1/DV.01.18/2026
Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

20 Januari 2026

Kepada
Yth. Kepala SDN Aeng Sareh 3 Sampang

Di Tempat

Selubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan
Bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik termasuk Dokumen Elektronik adalah hasil otentikasi menggunakan alat/jadi yang sah."
2. Dokumen ini telah disebarkan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSNP.

Lampiran 6 Balasan surat permohonan penelitian



SURAT KETERANGAN

Nomor: 424/ 195 /434.201.200.337/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **WINADIFAH, S.Pd**
NIP : 19780206 200312 2 003
Jabatan : Kepala UPTD SDN AENGSAH 3
Alamat : Jl. Raya Aengsaheh Sampang

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : **NISWATIS SAKIYAH**
NRP : 33412301089
Jurusan / Program Studi : Kesehatan/D3 Keperawatan
Asal Universitas : Politeknik Negeri Madura
Alamat : Jl. Raya Camplong Km. 4 Taddan
Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Berzi Di SDN Aengsaheh 3 Sampang

Dapat melaksanakan **Kegiatan Penelitian** di Sekolah Kami untuk meneliti yang di perlukan.

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Sampang, 25 Januari 2026
Kepala UPTD SDN Aengsaheh 3

WINADIFAH, S.Pd
NIP. 19780206 200312 2 003

Lampiran 7 Pengumpulan data umum

LEMBAR PENGUMPULAN DATA UMUM PENELITIAN

“Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di SDN AengSareh 3 Sampang”

Inisial Responden :

Tanggal Penelitian :

Berilah tanda ✓ pada kotak yang tersedia di bawah ini!

A. Data Umum

1.	Jenis Kelamin		Kode
	☐ =Laki-Laki		☐
	☐ = Perempuan		
2.	Umur		
	☐ = 10 tahun		☐
	☐ = 11 tahun		
	☐ = 12 tahun		
3.	Kelas		
	☐ = IV		☐
	☐ = V		
	☐ = VI		

Lampiran 7 Pengumpulan data Khusus

LEMBAR PENGUMPULAN DATA KHUSUS PENELITIAN

“Gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di sdn aeng sareh 3 sampang”

Petunjuk Pengisian:

1. Pilihlah jawaban yang kamu anggap paling benar sesuai pengetahuan kamu
2. Beri tanda (✓) pada kolom Benar atau Salah.

Pilihan jawaban:

Benar = jika pernyataan sesuai dengan pengetahuan kamu.

Salah = jika pernyataan tidak sesuai dengan pengetahuan kamu.

3. Periksa kembali jawaban anda

Lembar Kuesioner Data Khusus

No	Pernyataan	Benar	salah	Skor
Soal no 1-5 tentang mengetahui sarapan pagi bergizi dan manfaat sarapan pagi bergizi				
1.	sarapan pagi bergizi adalah makan pagi sebelum beraktivitas			
2.	Sarapan bergizi terdiri dari makanan pokok, lauk, dan buah.			
3.	Sarapan pagi baik untuk kesehatan dan pertumbuhan tubuh.			
4.	Sarapan bergizi membantu saya lebih fokus saat belajar.			
5.	Tidak sarapan membuat cepat lelah dan sulit berkonsentrasi			
Soal no 6-10 tentang memahami macam macam sarapan pagi bergizi				
6.	Nasi, roti dan bubur			

	adalah sumber tenaga untuk sarapan			
7.	Telur, susu dan buah adalah makanan yang baik untuk sarapan			
8.	Permen dan fast food adalah pilihan sarapan yang sehat			
9.	Sarapan sehat terdiri dari karbohidrat, lauk (protein) dan sayur/buah			
10.	Minum air putih setelah bangun pagi baik untuk tubuh			
Soal no 11-15 tentang penerapan sarapan pagi bergizi				
Pernyataan		Ya	Tidak	
11.	Saya sarapan setiap pagi sebelum pukul 07.00 atau sebelum jam masuk sekolah.			
12.	Saya tetap sarapan meskipun tidak merasa lapar di pagi hari.			
13.	Saya minum susu atau air putih saat sarapan pagi.			
14.	Saya mengatur waktu bangun pagi agar dapat sarapan sebelum berangkat ke sekolah.			
15.	Saya tidak melewatkan sarapan karena alasan terburu-buru ke sekolah.			

Lampiran 8 Kisi- Kisi Kuesioner

KISI KISI KUESIONER

Variabel	Indikator Dan Pertanyaan	Jenis Pertanyaan	Nomor Soal	h
Tingkat pengeta huan tentang pentingnya Sarapan pagi Bergizi	sarapan pagi bergizi adalah makan pagi sebelum beraktivitas	Positif	1	1
	Sarapan bergizi terdiri dari makanan pokok, lauk, dan buah	Positif	2	1
	Sarapan pagi baik untuk kesehatan dan pertumbuhan tubuh.	Positif	3	1
	Sarapan bergizi membantu saya lebih fokus saat belajar.	Positif	4	1
	Tidak sarapan membuat cepat lelah dan sulit berkonsentrasi	Positif	5	1
	Nasi, roti dan bubur adalah sumber tenaga untuk sarapan	Positif	6	1
	Telur, susu dan buah adalah makanan yang baik untuk sarapan	Positif	7	1
	Permen dan fast food adalah pilihan sarapan yang sehat	Negatif	8	1
	Sarapan sehat terdiri dari karbohidrat, lauk (protein) dan sayur/buah	Positif	9	1
	Minum air putih setelah bangun pagi baik untuk tubuh	Positif	10	1
	Saya sarapan setiap pagi sebelum pukul 07.00 atau sebelum jam masuk sekolah.	Positif	11	1
	Saya tetap sarapan meskipun tidak merasa lapar di pagi hari.	Positif	12	1
	Saya minum susu atau air putih saat sarapan pagi.	Positif	13	1
	Saya mengatur waktu bangun pagi agar dapat sarapan sebelum berangkat ke sekolah	Positif	14	1
	Saya tidak melewatkan sarapan karena alasan terburu-buru ke sekolah.	Positif	15	1
Jumlah Soal		Positif=14	Total	15

Negatif=1

Petunjuk Penilaian:

Skor Jawaban : Benar= 1 Salah= 0	Nilai Max: 15x 1=15 Nilai Min: 15x 0=0 0-5= Kurang 6-10=Cukup 11-15= Baik
--	---

Lampiran 10 Frekuensi Data Umum

No Resp	Data Umum					
	Nama	Kelas	Kode Kelas	Usia	Kode Usia	Jenis Kel
1	R	5	2	11	2	2
2	X	6	3	12	3	2
3	S	5	2	11	2	2
4	U	5	2	11	2	1
5	T	5	2	11	2	2
6	E	4	1	10	1	2
7	H	4	1	10	1	2
8	V	4	1	10	1	2
9	N	6	3	12	3	1
10	K	5	2	11	2	2
11	Q	6	3	12	3	1
12	H	6	3	12	3	1
13	L	6	3	12	3	1
14	U	6	3	12	3	1
15	J	6	3	12	3	2
16	S	5	2	11	2	1
17	A	6	3	12	3	2
18	R	5	2	11	2	1
19	A	6	3	12	3	2
20	Y	4	1	10	1	2
21	M	5	2	11	2	2
22	L	6	3	12	3	2
23	I	5	2	11	2	1
24	P	5	2	11	2	1
25	W	5	2	11	2	2
26	T	4	1	10	1	1
27	H	4	1	10	1	2
28	U	4	1	10	1	2
29	R	6	3	12	3	1
30	W	5	2	11	2	2
31	B	6	3	12	3	2
32	D	5	2	11	2	2
33	E	6	3	12	3	1
34	K	5	2	11	2	2
35	D	5	2	11	2	2

Lampiran 11 Frekuensi Data Khusus

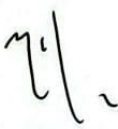
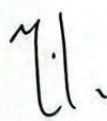
Data Khusus Var Tingkat Pengetahuan															INTERPRETASI			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Total (x)	Prosentase	Kategori	Kode
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	12	80%	Baik	1
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	10	67%	Cukup	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	12	80%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	11	73%	Cukup	2
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	11	73%	Cukup	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	10	67%	Cukup	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	12	80%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	13	87%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	13	87%	Baik	1
1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	87%	Baik	1
1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	8	53%	Kurang	3
1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	16	107%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	12	80%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100%	Baik	1
1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	10	67%	Cukup	2
1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	16	107%	Baik	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	12	80%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93%	Baik	1
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	10	67%	Cukup	2

Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian



LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Niswatis Sakiyah
 NRP : 33412301089
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Pembimbing I : Nur Iszakayah, S.ST., M.M., M. Kes
 Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di SDN Aeng Sareh 3 Sampang

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf pembimbing
1	Selasa, 09 september 2025	Konsultasi Judul	1. Judul diangkat sesuai rumusan masalah 2. Perkuat masalah yang mau diangkat dengan membandingkan fakta dan teori	
2	Jumat, 19 September	Konsultasi judul	ACC Judul	
3	Jum'at, 26 september	Konsultasi BAB I	1. Di bagian Data kurang lengkap untuk data Anak SD 2. Kronologi di tambah 3. Di paragraf ke 4 mengapa meneliti judul itu	
4	Selasa, 07 oktober 2025	Konsultasi BAB I	1. Dibagikan solusi di tambahin peran perawat 2. Batasan masalah di khusus kan pada anak SD kelas IV-VI	
5	Jum'at, 12 oktober 2025	Konsultasi BAB I & BAB 2	1. ACC BAB I 2. Kerangka konsep dimatangkan sesuai dengan alur masalah di bab 1 3. Seluruh isi bab 2 tinjauan pustaka disertakan kerangka konsep	

6	26 Oktober 2025	Konsultasi BAB 2	1. Kerangka konsep perbaiki lagi 2. Perbaiki Penulisan dan cek typo	71.
7	Selasa, 11 November 2025	Konsultasi BAB 2 & BAB 3	1. ACC BAB 2 2. Perbaiki di Kerangka Kerja bagian Instrumen Pengumpulan Data menggunakan Kuesioner apa 3. Bagian definisi Operasional di jelaskan 4. Indikatornya apa saja di lengkapi	71.
8	Jum'at, 14 November 2025	Konsul BAB 3	1. Bagian Skoring di lengkapi dengan skornya	71.
9	Senin, 17 november 2025	Konsul BAB 3 & Kuesioner	1. ACC BAB 3 2. Awal kata bagian kuesioner tidak usah menggunakan Indikatornya	71.
10	Rabu, 10 november 2025	Konsul Proposal	ACC Proposal	71.
11	Senin, 02 Februari 26	Konsul BAB 4	1. Di deskripsi table hanya yang besar sama yg kecil yg disebut hasilnya 2. Bagian pembahasan mencakup fakta teori sama opini	71.
12	Selasa, 03 Februari 26	Konsul BAB 4 & 5	ACC BAB 4 & BAB 5	71.

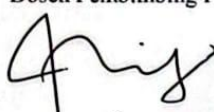
13	Kamis, 5 Februari 26	Konsul KTI	ACC TA	7/1 ✓
----	-------------------------	------------	--------	-------

Menyetujui,

Koordinator Program Studi
D3 Keperawatan


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

Dosen Pembimbing I


Nur Iszakiyah, S.ST., M.M., M. Kes.
NIP. 197311032024212005

Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing II

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Niswatis Sakiyah
 NRP : 33412301089
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Pembimbing II : H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes
 Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar
 Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di SDN Aeng
 Sareh 3 Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf pembimbing
1	12 Oktober 2025	Konsul Judul	Judul hapus (kelasnya) karena kebanyakan Pragraf ke 3 di bagian kronologi perbaiki	
2	17 oktober 2025	BAB 1 & BAB 2	ACC BAB 1 Di kerangka konsep harus ada input outputnya	
3	11 November 2025	BAB 2 & BAB 3	ACC BAB 2 Di definisi orrasional defininya jelasin dan indikatornya Sitasi gelarnya tidak boleh cantumkan	
4	14 November 2025	BAB 3	ACC BAB 3	
5	11 Desember 2025	Proposal	ACC Proposal	
6	02 Februari 26	Konsul BAB 4	Deskripsi table menyebutkan angka yg lebih besar	
7	Selasa, 03 Februari 26	Konsul BAB 4 & BAB 5	ACC BAB 4 & BAB 5	

8	Kamis, 5 Februari 26	Konsul TA	ACC TA	
---	-------------------------	-----------	--------	---

Menyetujui,

Koordinator Program Studi
D3 Keperawatan


Ns. Lailatul Hafifah, S. Kep., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

Dosen Pembimbing II


H Taufiqur Rahman, S.ST., M. Kes.
NIP. 197503262005011010

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Program Studi : D3 Keperawatan
Penguji I : Nindawi, S. Kep., Ns M.M., M. Kes
Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar
Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di Aeng Sareh 3
Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf
1	23/12/25	Konsul seminar Proposal	Revisi Kerangka Konsep Revisi Daftar Lambang Revisi Definisi Oprasional	
2	24/12/25	Konsul setelah seminar proposal	Revisi Kerangka Konsep	
3	24/12/25	Konsul seminar proposal	ACC PROPOSAL	
4	25/2/26	Konsul KTI	Revisi penulisan abstrak saran	
5	26/2/26	Konsul KTI	ACC KTI	

Menyetujui,

Koordinator Program Studi
D3 Keperawatan


Ns. Lailatul Hafidh, S. Kep., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

Penguji I


Nindawi, S. Kep., Ns M.M., M. Kes
NIP. 197001241997031004

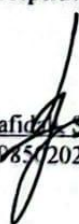
LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Program Studi : D3 Keperawatan
Penguji II : Arif Rahman Hakim, S. Kep., Ns.
Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar
Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di Aeng Sareh 3
Sampang

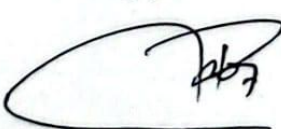
No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf
1	23/12/25	Konsul seminar Proposal	Revisi Judul dikurangi Revisi Ditambah alasan kenapa kelas 4-6 di populasi Revisi setiap putus halaman judul harus di tambah Revisi kerangka Konsep	
2	24/12/25	Konsul seminar Proposal	ACC PROPOSAL	
3	25/2/26	Konsul KTI	Revisi tabel harus terbuka tambahkan tabel nilai max dan minimal	
4	26/2/26	Konsul KTI	ACC KTI	

Menyetujui,

Koordinator Program Studi
D3 Keperawatan


Ns. Lailatul Hafidza, S. Kep., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

Penguji II


Arif Rahman Hakim, S. Kep., Ns., MS.
NIP. 19911021202461002

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Niswatis Sakiyah
NRP : 33412301089
Program Studi : D3 Keperawatan
Penguji III : Endang Fauziah, S. Kep., Ns., M. Kep
Judul TA : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Dasar
Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bergizi di Aeng Sareh 3
Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf
1	24/12/25	Konsul seminar Proposal	Revisi penulisan italic Revisi perbandingan judul Revisikuesioner Penulisan Judul BAB I Revisi Variabel di DO	
2	24/12/25	Konsul seminar Proposal	ACC BAB PROPOSAL	
3	26/02/26	Konsul KTI	Revisi keterbatasan Revisi pembahasan ACC KTI	

Menyetujui,

Koordinator Program Studi
D3 Keperawatan


Ns. Lailatul Hafidha, S. Kep., M. Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

Penguji III


Ns. Endang Fauziah Susilawati, M. Kep
NIP. 197411292000122002

Niswatis_33412301089

ORIGINALITY REPORT

11%

SIMILARITY INDEX

%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Eka Nasywa, Kamal Rizkqi Sya'bani, Rachel Putriani Tunu, Muhammad Rezza Septian. "Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Krisis Identitas Pada Remaja", Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2025

Publication

2%

2

Pebriani, Fadliyana Ekawaty, Riska Amalya Nasution. "Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah dasar", JURNAL KEPERAWATAN TROPIS PAPUA, 2025

Publication

1%

3

Suprianto Suprianto. "Efektivitas Senam Sehat Prolanis BPJS pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Salak Kabupaten Pakpak Bharat", Open Science Framework, 2023

Publication

1%

4

Maila D.H. Rahiem. "Towards Resilient Societies: The Synergy of Religion, Education, Health, Science, and Technology", CRC Press, 2025

Publication

<1%

5

Lia Rahmawati, Linda Riski Sefrina, Milliyantri Elvandari. "Pengaruh Media Poster terhadap Pengetahuan dan Sikap

Publication

<1%

BIODATA PENULIS



Niswatis Sakiyah lahir di Sampang, 12 maret 2004 anak dari bapak H.mansur dan ibu Uswatun penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara penulis mulai menuntut ilmu di TK Patemon pada tahun 2007-2009 melanjutkan ke SDN 1 Blu'uran pada tahun 2009-2015 dan melanjutkan MTs Miftahul Ulum Kebun baru pada tahun 2015-2018 dan melanjutkan SMK Miftahul ulum Kebun Baru pada tahun 2018-2021 pada tahun 2023 penulis dapat melanjutkan Pendidikan di ppliteknik negeri madura jurusan kesehatan program studi D3 Keperawatan selama 3 tahun (2023-2026). Penulis telah berhasil menyelesaikan tugas Akhir ini semoga dengan penulisan tugas akhir ini mampu

memberikan kontribusi positif bagi pembaca Akhir kata dari penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar- besarnya atas terselesainya tugas akhir yang berjudul **“Gambaran tingkat pengetahuan anak sekolah dasar tentang pentingnya sarapan pagi bergizi di SDN Aengsarwh 3 Sampang”**

