
The Effect Of Breakfast Habits On The Learning Achievement Of Children In Public Elementary School 2 Tanggunharjo

Wahyu Dewu Hapsari¹⁾; Sri Martini²⁾

ABSTRACT

Background: Learning achievement is the level of success in a learning process in the form of values. But in reality not all children are able to achieve a good learning achievement because there are many obstacles faced by children. According to data from the Education Office, in 2017 there were 824,635 children who repeated, namely 767,134 children from public schools and 57,501 children from private schools. This can be seen in a preliminary study in 4 elementary schools in the village of Tanggunharjo, Grobogan District, Grobogan Regency. Based on a survey conducted on fourth and fifth grade students in odd semesters at SD Negeri 2 Tanggunharjo, it was found that the average score of students decreased from the previous year. From the results of interviews with some of the children's parents stated that some students rarely have breakfast before doing activities. This is what underlies the researcher to conduct a study entitled the influence of breakfast habits on children's learning achievement at Public Elementary School 2 Tanggunharjo. **Purpose:** To determine the effect of breakfast habits on children's learning achievement. **Method:** This type of research is quantitative with a cross sectional research design. The sampling method used is non-probability sampling with a total of 50 respondents. **Results:** From 50 respondents, most of the children did not eat breakfast (68%) children, and the results of the average value of learning achievement were quite adequate (58%) children. Meanwhile, based on the Chi-Square test, there is an effect of breakfast habits ($p = 0.014$) on children's learning achievement. **Conclusion:** Based on the research, it can be concluded that there is a significant influence between breakfast habits on children's learning achievement.

Keyword: Children, breakfast, learning achievement

Latar Belakang: Prestasi belajar merupakan tingkat keberhasilan dalam suatu proses belajar dalam bentuk nilai. Namun kenyataannya tidak semua anak mampu mencapai suatu prestasi belajar yang baik karena terdapat banyak kendala yang di hadapi oleh anak-anak. Menurut data dari Dinas Pendidikan menyebutkan pada tahun 2017 tercatat ada 824.635 anak yang mengulang yakni sebanyak 767.134 anak yang berasal dari sekolah negeri dan 57.501 anak yang berasal dari sekolah swasta. Hal tersebut tampak pada studi pendahuluan di 4 SD Desa Tanggunharjo Kecamatan Grobogan, Kabupaten Grobogan. Berdasarkan survey yang dilakukan pada siswa kelas IV dan V semester ganjil di SD Negeri 2 Tanggunharjo didapatkan hasil bahwa nilai rata-rata siswa menurun dari tahun sebelumnya. Dari hasil wawancara beberapa orang tua anak tersebut menyatakan bahwa sebagian siswa jarang sarapan pagi sebelum melakukan aktivitas. Hal ini yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh kebiasaan makan pagi terhadap prestasi belajar anak di SD Negeri 2 Tanggunharjo. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh

kebiasaan makan pagi terhadap prestasi belajar anak. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah non probability sampling dengan jumlah 50 responden. **Hasil:** Dari 50 responden sebagian besar anak tidak makan pagi (68%) anak, dan hasil nilai rata-rata prestasi belajar tergolong cukup (58%) anak. Sedangkan berdasarkan uji Chi-Square terdapat pengaruh kebiasaan makan pagi ($p=0,014$) terhadap prestasi belajar anak. **Simpulan:** Berdasarkan penelitian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kebiasaan makan pagi terhadap prestasi belajar anak.

Kata Kunci: Anak, makan pagi, prestasi belajar

Authors Correspondence

An Nuur University and hapsari85ku@gmail.com¹⁾

Published Online May 20, 2022

doi: -

PENDAHULUAN

Prestasi belajar merupakan tingkat keberhasilan dalam suatu proses belajar dalam bentuk nilai. Namun kenyataannya tidak semua anak mampu mencapai suatu prestasi belajar yang baik karena terdapat banyak kendala yang di hadapi oleh anak-anak. Menurut data dari Dinas Pendidikan menyebutkan pada tahun 2017 tercatat ada 824.635 anak yang mengulang yakni sebanyak 767.134 anak yang berasal dari sekolah negeri dan 57.501 anak yang berasal dari sekolah swasta (Umami, 2017).

Makan pagi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar. Anak yang tidak makan pagi maka akan mengalami gangguan dalam aktivitas sehari-hari. Dapat di katakan bahwa

dengan makan pagi, maka anak akan lebih mudah dalam menyerap pelajaran dan di mungkinkan akan berdampak pada prestasi belajar yang baik pula (Sulistyoningsih, 2011).

Hal tersebut tampak pada studi pendahuluan di 4 SD Desa Tanggunharjo Kecamatan Grobogan, Kabupaten Grobogan. Berdasarkan survey yang dilakukan pada siswa kelas IV dan V semester ganjil di SD Negeri 2 Tanggunharjo didapatkan hasil bahwa nilai rata-rata siswa menurun dari tahun sebelumnya. Dari hasil wawancara beberapa orang tua anak tersebut menyatakan bahwa sebagian siswa jarang sarapan pagi sebelum melakukan aktivitas. Hal ini yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul

pengaruh kebiasaan makan pagi terhadap prestasi belajar anak di SD Negeri 2 Tanggunharjo.

METODE

Jenis penelitian ini adalah survey kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah anak SD Negeri 2 Tanggunharjo Kec.Purwodadi kelas IV dan V sebanyak 50 anak. Pengambilan sampel menggunakan metode non probability sampling dengan teknik purposive sampling dengan responden sejumlah 50 orang tua dari anak SD Negeri 2 Tanggunharjo. Analisa data menggunakan Uji Chi-Square dengan nilai signifikansi $< 0,05$ (ada pengaruh).

Penelitian dilakukan pada Bulan Juni 2021 bertempat di SD Negeri 2 Tanggunharjo dengan kuesioner sebagai instrumen penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Umur

Umur (Th)	<i>f</i>	%	<i>mean</i>
Dewasa Awal (26-35)	15	30	5
Dewasa Akhir (36-45)	25	50	14
Lansia awal (46-55)	10	20	0
Total	50	100	19

Berdasarkan tabel 1 umur responden lebih banyak responden yang

berumur dewasa akhir tahun sebanyak 25 orang (50%).

Sama halnya hasil penelitian oleh Urip Tisngati (2017) dengan judul Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Pola Asuh Orang Tua Pada Mata Kuliah Teori Bilangan Terhadap Prestasi Belajar yang menjelaskan bahwa orang tua yang berumur 37 tahun banyak yang mengasuh anak sejumlah 6 orang tua (10,7%), dibandingkan dengan orang tua yang berumur 29 tahun (5,31%) dan orang tua berumur 39 tahun (9,21%).

Umur menggambarkan kematangan maupun kedewasaan seseorang dalam bertindak dan berfikir untuk melakukan yang terbaik bagi dirinya sendiri dan lingkungan. Orang tua yang muda cenderung lebih menuruti kehendak anaknya dibanding orang tua yang lebih tua. Usia orang tua juga mempengaruhi komunikasi ke anak. Orang tua dengan jarak yang terlalu jauh dengan anaknya, akan perlu kerja keras dalam menelusuri dunia yang sedang dihadapi si anak.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	<i>f</i>	%
Laki-laki	27	54
Prempuan	23	46
Total	50	100

Berdasarkan tabel 2 jenis kelamin responden lebih banyak yang perempuan yaitu sebanyak 27 orang (54%).

Sama halnya hasil penelitian oleh Joko Tri Suharsono (2017) dengan judul Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemampuan Sosialisasi Pada Anak Prasekolah Di TK Pertiwi Purwokerto Utara yang menyatakan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak mengasuh anak (56,6%) dibandingkan dengan responden jenis kelamin laki-laki (43,4%).

Menurut teori orang tua yang mengasuh anaknya dengan baik akan memberikan teladan yang baik juga terhadap anaknya. Hal ini terjadi karena secara sadar atau tidak sadar, perilaku orang tua lebih banyaknya akan ditiru oleh anaknya baik secara langsung, maupun tidak langsung. Sosok orang tua merupakan sosok yang paling dekat dengan anaknya sehingga anak akan cepat mengikuti tingkah laku orang tua (Nafratilawati, 2014).

B. Analisa Univariat

1. Makan Pagi Anak

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Makan Pagi Anak

Pola makan	<i>f</i>	%
Tidak Makan	34	68
Makan	16	32
Total	50	100

Berdasarkan tabel 3 pola makan anak lebih banyak yang tidak makan pagi yaitu 34 anak (68%).

Sama halnya penelitian oleh Oktifani Devi Lasidi, (2018) dengan judul Hubungan Status Gizi dan Kualitas Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa kelas IV dan V di SD Negeri 21 Manado yang menyatakan bahwa dari 51 anak yang diteliti, lebih banyak anak yang tidak makan pagi yaitu 38 anak (73,3%).

2. Prestasi Belajar Anak

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Anak

Prestasi Belajar	<i>f</i>	%
Cukup	29	58
Baik	21	42
Total	50	100

Berdasarkan tabel 4, prestasi belajar anak lebih banyak yang cukup yaitu 29 (58%).

Sama halnya penelitian oleh Mutiara Diva Dien Laksana (2017) dengan judul Pola Makan, Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa Di SD Negeri Pabelan 2 Magelang yang menyatakan bahwa dari 43 anak yang diteliti lebih banyak yang memiliki hasil prestasi cukup yaitu 35 anak (69,7%).

C. Analisa Bivariat

Tabel 5 Distribusi Pola Makan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Anak

Pola Makan Pagi	Prestasi Belajar				Total		P Value
	Cukup		Baik		<i>f</i>	%	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Tdk mkn	24	70,6	10	29,4	34	100	0,014
Makan	5	31,2	11	68,8	16	100	

Total	29	100	21	100	50	100
-------	----	-----	----	-----	----	-----

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa p value < 0,05, maka dapat disimpulkan ada pengaruh makan pagi terhadap prestasi belajar anak.

Sama halnya penelitian oleh Oktifani Devi Lasidi (2018) yang berjudul Hubungan Status Gizi Dan Kualitas Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Manado, yang menyatakan bahwa anak sarapan pagi sebanyak 20 anak (60,0%) terdapat prestasi belajar yang baik, sedangkan anak yang tidak sarapan pagi sebelum melakukan aktivitasnya 13 anak (47,8%) terdapat hasil prestasi belajar yang kurang baik.

Makan pagi sangat di anjurkan untuk senantiasa di lakukan oleh para ahli karena alasan kesehatan. Ini menunjukkan bahwa makan pagi adalah waktu yang paling penting karena mempunyai manfaat yang sangat besar bagi kesehatan, namun demikian, anjuran ini kerap di abaikan banyak orang, utamanya mereka yang sibuk dengan aktivitasnya di pagi hari makan kerap kali di pandang sebelah mata, mereka umumnya enggan mengawali harinya dengan makan pagi apalagi membiasakannya (Tilong, 2014).

SIMPULAN

1. Anak SD Negeri 2 Tanggunharjo Kec. Purwodadi sebagian besar tidak makan pagi..
2. Ada pengaruh pola makan pagi terhadap prestasi belajar pada anak SD Negeri 2 Tanggunharjo.

DAFTAR PUSTAKA

- Umami. (2017). *Pengaruh Kompetensi Pedagogik dan Motivasi Kerja Guru Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Dalam Ujian Nasional*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Sulistyoningsih. (2011). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Urip Trisngati. (2017). *Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Pola Asuh Orang Tua Pada Mata Kuliah Teori Bilangan Terhadap Prestasi Belajar*. Vol. 8 No.2.
- Joko Tri Suharsono. (2017). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemampuan Sosialisasi Pada Anak Prasekolah Di TK Pertiwi Purwokerto Utara*. 4(3). Hlm.1-7.
- Nafratilawati. (2014). *Pola Asuh Ibu dalam Tumbuh Kembang Anak dalam Psikologis Anak*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Oktifani Devi Lasidi. (2018). *Hubungan Status Gizi dan Kualitas Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Manado*. Jakarta.

Tilong. (2014). *Rahasia Pola Makan Sehat*. Yogyakarta: FlashBooks.

Belajar Siswa Di SD Negeri Pabelan 2 Magelang.

Mutiara Diva Dien Laksana. (2017). *Pola Makan, Status Gizi Dan Prestasi*