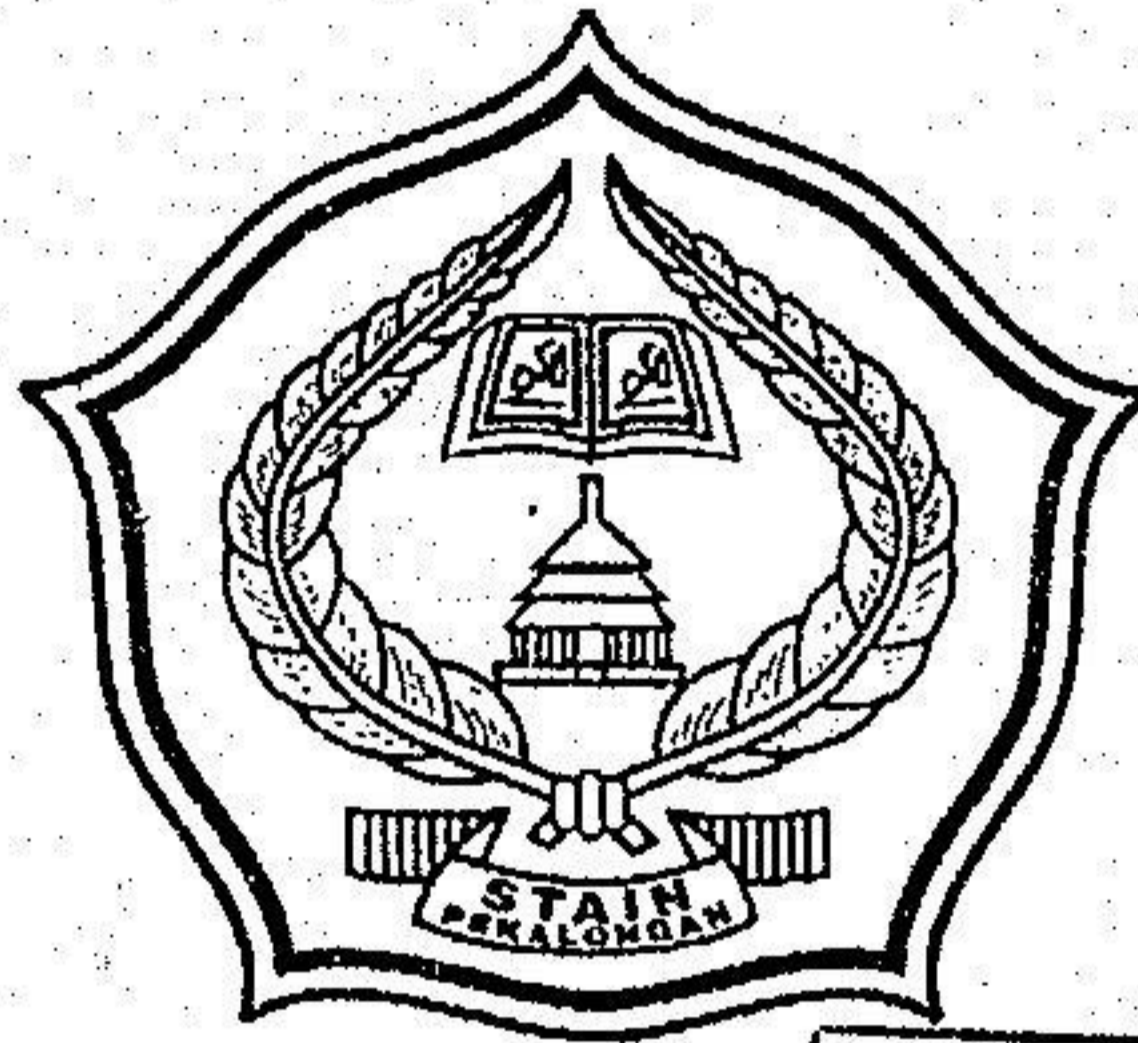


**PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN  
BELAJAR PESERTA DIDIK DI SD PASIRSARI 01  
PEKALONGAN**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S.1)  
Dalam Ilmu Tarbiyah



Oleh :

**AZIZAH**

**NIM. 232 307 101**

ASAL BUKU INI :	Penulis
PENERBIT :	
TGL PEROLEHAN :	Agustus 2010
NO. KLASIFIKASI :	371.71 / Aziz - P
NO. INDUK :	108370

Siswa - Kesehatan

**JURUSAN TARBIYAH  
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI  
(STAIN) PEKALONGAN  
2009**



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : AZIZAH

NIM : 232.307.101

Jurusan : Tarbiyah

Angkatan : 2007

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN BELAJAR PESERTA DIDIK DI SD NEGERI PASIRSARI 01 PEKALONGAN** adalah benar-benar karya penulis sendiri, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, apabila di kemudian hari terbukti skripsi ini ternyata plagiat, penulis bersedia mendapat sanksi akademik dicabut gelarnya.

Pekalongan, Januari 2010

Yang Menyatakan



AZIZAH

NIM 232.303.101



**Dr. Sopiha, M.Ag**  
Kauman No. 227  
Wiradesa Pekalongan

**NOTA PEMBIMBING**  
Lamp : 4 (Empat) eksemplar  
Hal : Naskah Skripsi  
Sdr. Azizah

Pekalongan, Januari 2010  
Kepada :  
Yth. Ketua STAIN  
c/q Ketua Jurusan Tarbiyah  
di \_

PEKALONGAN

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka  
bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara :

Nama : AZIZAH

NIM : 232.307.101

Judul : PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN  
BELAJAR ANAK DIDIK di SD NEGERI 01  
PASIRSARI PEKALONGAN

Dengan permohonan agar skripsi saudara tersebut dapat segera  
dimunaqosahkan.

Demikian harap menjadi perhatian dan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing



**Dr. Sopiha, M.Ag**  
NIP. 19710707 2000 03 2 001





**DEPARTEMEN AGAMA  
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI  
(STAIN) PEKALONGAN**

Alamat : Jl. Kusumabangsa No. 9 Pekalongan Telp. (0285) 412575-412572. Fax. 423418  
Email : [stain\\_pkl@telkom.net](mailto:stain_pkl@telkom.net) [stain\\_pkl@hotmail.com](mailto:stain_pkl@hotmail.com)

**PENGESAHAN**

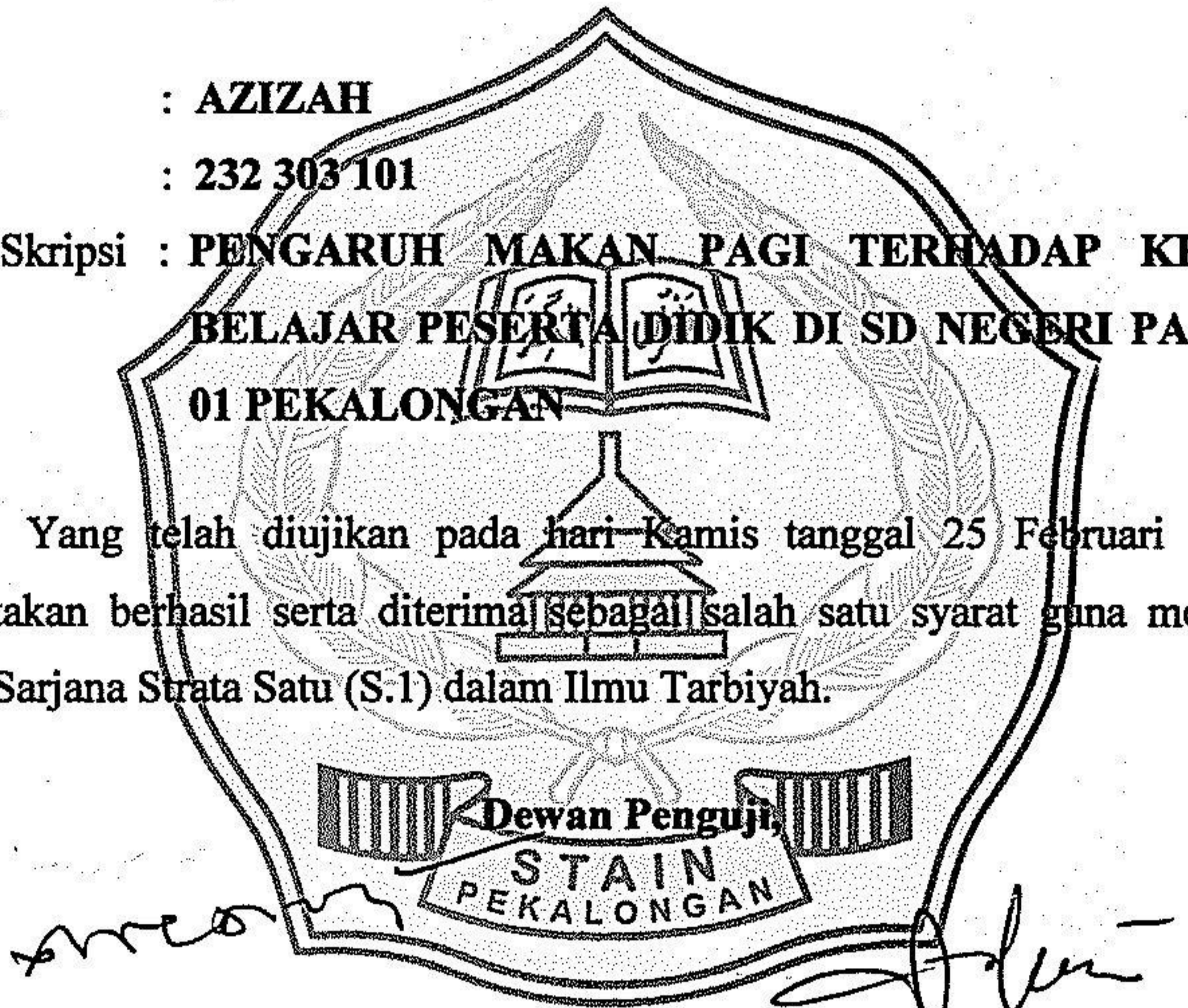
Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Pekalongan  
mengesahkan Skripsi Saudara :

Nama : **AZIZAH**

NIM : **232 303 101**

Judul Skripsi : **PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN  
BELAJAR PESERTA DIDIK DI SD NEGERI PASIRSARI  
01 PEKALONGAN**

Yang telah diujikan pada hari Kamis tanggal 25 Februari 2010 dan  
dinyatakan berhasil serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh  
gelar Sarjana Strata Satu (S.1) dalam Ilmu Tarbiyah.



**Drs. H. Chusnan, M.A.**

Ketua

**Miftahul Ula, M.Ag.**

Anggota

Pekalongan, 25 Februari 2010



**Drs. H. Sudaryo El Kamali, M.A.**

NIP. 19480805 198403 1 001



## PERSEMBAHAN

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT, atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam bagi Rasulullah Muhammad SAW, keluarga, sahabat, pengikutnya yang istiqomah hingga yaumul akhir dan orang-orang yang tegak di jalan dakwah-Nya.

Sebagai rasa cinta dan tanda kasih, kupersembahkan skripsi ini kepada :

- Ayahanda dan almarhumah Ibunda tercinta (Bapak Moh. Suud dan Ibu Barkum)  
Dua insan yang selalu ada di hati, dengan perjuangan, pengorbanan, kerja keras dan do'anya semua dilakukan dengan ikhlas sebagai satu bentuk ibadah untuk Allah semata. Atas do'amu, semangat untuk maju tiada sia-sia kusandang Sarjana ini.
- Suamiku tersayang (Sukarman)  
Suami yang dengan sabar dan selalu mengingatkan untuk berangkat kuliah, memberi motivasi dan do'a untuk tetap menimba ilmu walau kadang lelah mendera ku. Berkat do'a mu dapat ku selesaikan skripsi ini, semoga Allah selalu membimbing kita berdua.
- Anak-anakku yang selalu ku banggakan (Ridho, Yunus, Riza, dan Fitri)  
Yang penuh perhatian, semoga kalian mendapatkan rahmat dan kebaerkahan dari Allah SWT. Khusus untuk anak ragilku yang memberikan penjelasan-penjelasan dan membantu sepenuh hati dalam membuat skripsi ini.
- Teman-teman di SDN 01 Pasirsari Pekalongan
- Teman-teman di kampus yang tak bisa penulis sebutkan satu persatu
- Almameter tercinta STAIN Pekalongan
- Dinas Pendidikan, yang telah membantu dalam pelaksanaan pembelajaran ini.



## MOTTO

.....يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ.....

.....Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. ....(Q.s. Mujadalah 11)



## ABSTRAK

Nama : AZIZAH  
NIM : 232.303.101  
Judul : PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN BELAJAR  
PESERTA DIDIK DI SD NEGERI PASIRSARI 01 PEKALONGAN

Pendidikan pada hakekatnya merupakan suatu upaya mewariskan nilai, yang akan menjadi penolong dan penentu umat manusia dalam menjalani kehidupan dan sekaligus untuk memperbaiki nasib dan peradaban umat manusia. Untuk kelancaran peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar perlu adanya kesiapan dengan makan pagi atau sarapan. Dalam sarapan diperlukan jenis makanan yang sehat dan bergizi seperti nasi dan lauk, roti susu atau telur rebus sebelum berangkat ke sekolah. Agar anak usia sekolah tetap fit selama mengikuti kegiatan sekolah maupun ekstra kulikuler, maka jangan meninggalkan makan pagi.

Permasalahannya adalah bagaimana kebiasaan makan pagi peserta didik di SDN 01 Pasirsari Pekalongan? Dan bagaimana Kesiapan belajar peserta didik di SDN 01 Pasirsari Pekalongan? Tujuan penelitian untuk mengetahui jumlah peserta didik yang biasa dan tidak biasa makan pagi, dan mengetahui keadaan kesiapan peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar setiap hari.

Jenis penelitian ini bersifat *deskriptif eksploratif*, yaitu penelitian yang menggambarkan atau memaparkan keadaan yang sebenar-benarnya tanpa membandingkan atau menghubungkan variabel-variabel lain, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode *sampling* yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling* dengan tabel *Krejcie*. Jumlah sampel ini diambil berdasarkan data jumlah peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan. Jumlah sampel adalah 95 % dari jumlah populasi yang ada. Sedangkan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini observasi, interview atau angket dan pengamatan langsung. Adapun analisis data peneliti menggunakan bantuan komputer pada program SPSS 17 dengan tabulasi silang dan Chi\_Square.

Hasil penelitian adalah responden yang selalu makan pagi sebanyak 44,3%, dan responden yang selalu mempersiapkan diri sebelum pelajaran dimulai sebanyak 44,9 %. Semua hasil analisis menunjukkan Chi square hitung lebih besar dari Chi square tabel, maka H<sub>0</sub> ditolak. Dengan demikian hipotesis yang diajukan penulis diterima, bahwa ada hubungan antara makan pagi dengan kesiapan belajar peserta didik di SD Negeri 01 Pasirsari Pekalongan.



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim...*

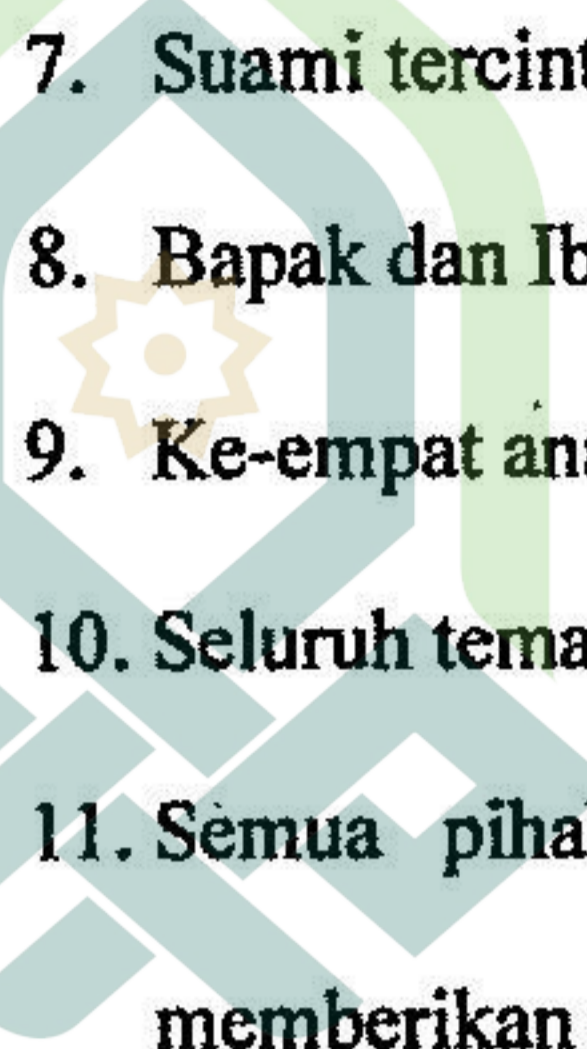
Puji syukur saya panjatkan atas karunia Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah dan inayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tercurah keribaan Baginda Rosullah Saw beserta keluarga dan para sahabat serta pengikutnya yang setia sampai hari akhir kelak.

Penulis bersyukur karena skripsi ini bisa selesai, meski banyak hambatan untuk menyelesaikannya dan masih jauh dari kata sempurna. Namun dengan modal kemauan dan kesabaran untuk mencari bahan-bahan referensi, serta bantuan dari berbagai pihak semua halangan terasa ringan.

Penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan dari semua pihak yang telah membantu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, khususnya kepada:

1. Bapak Drs. H. Sudaryo El Kamali, M.A, selaku Ketua STAIN Pekalongan,
2. Bapak Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Ketua Jurusan Tarbiyah STAIN Pekalongan,
3. Ibu Dr. Sopiah, M.Ag, selaku dosen pembimbing,
4. Bapak Suwartoyo, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan,
5. Segenap dosen yang telah memberikan berbagai macam bidang keilmuan kepada penulis,
6. Segenap Civitas Akademik STAIN Pekalongan yang telah memberi pelayanan dengan baik,



- 
7. Suami tercinta, terima kasih atas dukungannya,
  8. Bapak dan Ibu, terima kasih atas do'anya,
  9. Ke-empat anak ku, dan cucu tersayang, kalian sumber semangat ku,
  10. Seluruh teman penulis satu perjuangan di STAIN Pekalongan, tetap semangat,
  11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya dengan rasa tulus dan kerendahan hati, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat diterima sesuai dengan apa yang diharapkan. Semoga amal perbuatan kita mendapat ridho dari Allah SWT. Saran dan kritik dari pembaca penulis harapkan, guna perbaikan di masa mendatang.

Pekalongan, Januari 2010

Penulis

AZIZAH



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR BAGAN, GAMBAR DAN TABEL .....	xiii
<b>BAB I      PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Pembatasan dan Perumusan Masalah .....	5
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	7
D. Tinjauan Pustaka .....	8
E. Metode Penelitian .....	11
F. Sumber Data .....	14
G. Teknik Pengumpulan Data .....	15
H. Metode Analisis Data .....	16
I. Sistematika Penulisan Skripsi .....	17





**BAB II**

**BELAJAR DAN MAKAN PAGI..... 19**

**A. Belajar ..... 19**

1. Pengertian Belajar ..... 19

2. Pengukuran Kesiapan Belajar ..... 21

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar ..... 23

**B. Makan Pagi ..... 26**

1. Pengertian Makan Pagi ..... 26

2. Manfaat Makan Pagi ..... 26

**C. Zat Gizi ..... 27**

1. Zat-zat Gizi yang Dibutuhkan Anak ..... 27

2. Gizi Untuk Anak Berdasarkan Usia ..... 28

**BAB III**

**MAKAN PAGI DAN KESIAPAN BELAJAR DI SD NEGERI**

**PASIRSARI 01 PEKALONGAN ..... 31**

**A. Gambaran Umum SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan .. 31**

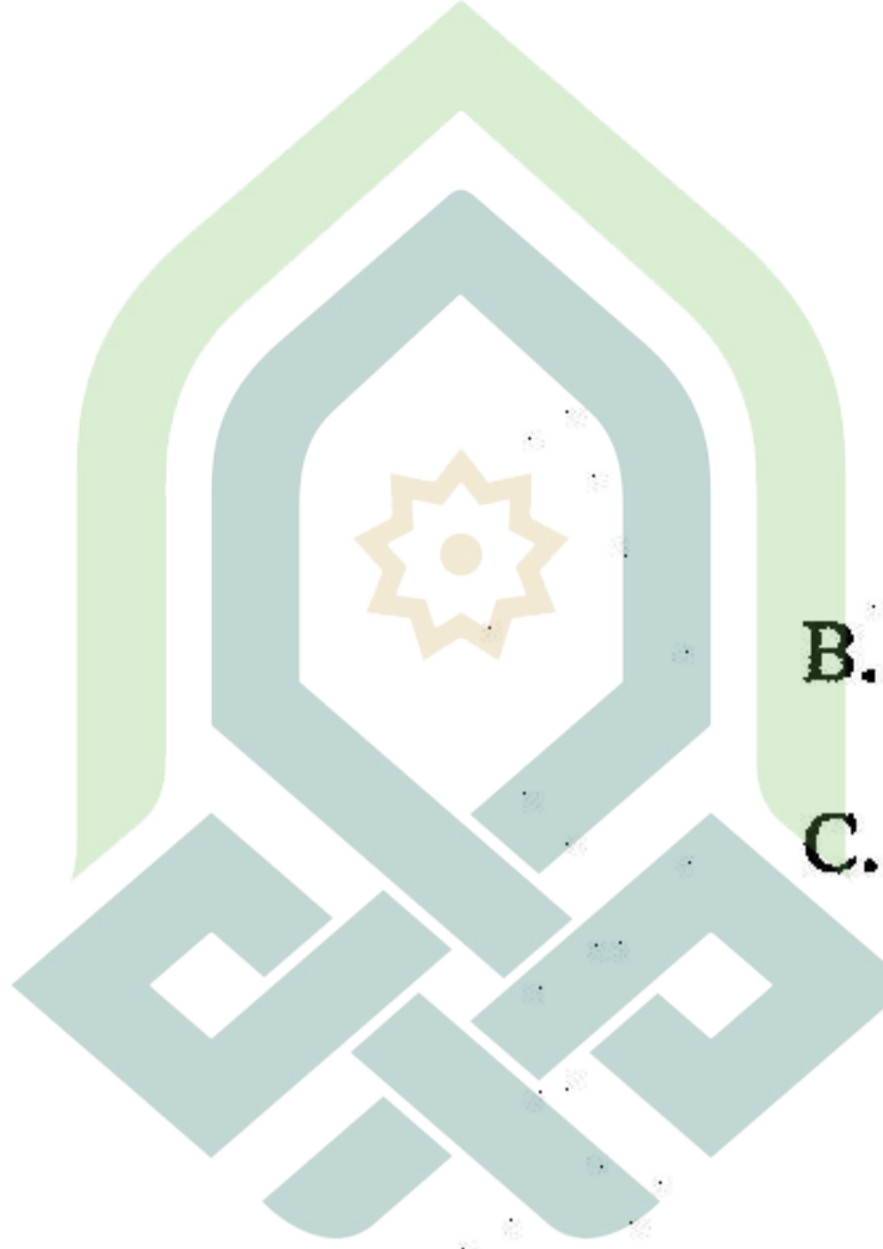
1. Letak Geografis SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan 31

2. Jumlah Peserta didik SD Negeri Pasirsari 01  
Pekalongan ..... 32

3. Guru-guru Tenaga Pengajar di SD Negeri Pasirsari 01  
Pekalongan ..... 33

4. Struktur Organisasi di SD Negeri Pasirsari 01  
Pekalongan ..... 35





5. Sarana dan Prasarana di SD Negeri Pasirsari 01

    Pekalongan..... 36

B. Kebiasaan Makan Pagi ..... 37

C. Kesiapan Belajar Siswa di SD Negeri Pasirsari 01

    Pekalongan..... 45

**BAB IV      PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN  
                 BELAJAR PESERTA DIDIK DI SD NEGERI PASIRSARI 01**

**PEKALONGAN..... 53**

A. Analisis Data Tabulasi Silang..... 53

B. Analisis Data dengan *Chi\_Square* ..... 70

**BAB V      PENUTUP..... 83**

A. KESIMPULAN..... 83

B. SARAN..... 85

**DAFTAR PUSTAKA ..... 86**

**LAMPIRAN ..... 88**



## DAFTAR BAGAN, GAMBAR DAN TABEL

Bagan 3.1 .....	34
Gambar 3.1.1a.....	37
Gambar 3.2.1a.....	37
Gambar 3.3.1a.....	38
Gambar 3.4.1a.....	38
Gambar 3.5.1a.....	39
Gambar 3.6.1a.....	39
Gambar 3.7.1a.....	40
Gambar 3.8.1a.....	40
Gambar 3.9.1a.....	41
Gambar 3.10.1a.....	41
Tabel 3.1a.....	42
Gambar 3.1.1b.....	44
Gambar 3.2.1b.....	45
Gambar 3.3.1b.....	45
Gambar 3.4.1b.....	46
Gambar 3.5.1b.....	46
Gambar 3.6.1b.....	47
Gambar 3.7.1b.....	48
Gambar 3.8.1b.....	48
Gambar 3.9.1b.....	49



Gambar 3.10.1b.....	49
Tabel 3.1b .....	50
Tabel 4.1a.....	53
Tabel 4.1.1a.....	54
Tabel 4.2.1a.....	55
Tabel 4.3.1a.....	56
Tabel 4.4.1a.....	56
Tabel 4.5.1a.....	57
Tabel 4.6.1a.....	58
Tabel 4.7.1a.....	59
Tabel 4.8.1a.....	60
Tabel 4.9.1a.....	61
Tabel 4.10.1a.....	61
Tabel 4.11.1a.....	62
Tabel 4.12.1a.....	63
Tabel 4.13.1a.....	64
Tabel 4.14.1a.....	65
Tabel 4.15.1a.....	66
Tabel 4.16.1a.....	67
Tabel 4.17.1a.....	68
Tabel 4.18.1a.....	69
Tabel 4.19.1a.....	69
Tabel 4.1b .....	71



Tabel 4.2b .....	72
Tabel 4.3b .....	72
Tabel 4.4b .....	73
Tabel 4.5b .....	73
Tabel 4.6b .....	74
Tabel 4.7b .....	74
Tabel 4.8b .....	75
Tabel 4.9b .....	75
Tabel 4.10b .....	76
Tabel 4.11b .....	76
Tabel 4.12b .....	77
Tabel 4.13b .....	77
Tabel 4.14b .....	78
Tabel 4.15b .....	78
Tabel 4.16b .....	79
Tabel 4.17b .....	79
Tabel 4.18b .....	80
Tabel 4.19b .....	80
Tabel 4.2b .....	81





# BAB I PENDAHULUAN

## A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan pada hakekatnya merupakan suatu upaya mewariskan nilai, yang akan menjadi penolong dan penentu umat manusia dalam menjalani kehidupan dan sekaligus untuk memperbaiki nasib dan peradaban umat manusia. Tanpa pendidikan, maka diyakini bahwa manusia sekarang tidak berbeda dengan generasi manusia masa lampau, yang dibandingkan dengan manusia sekarang, telah sangat tertinggal baik kualitas kehidupan maupun proses-proses pemberdayaannya. Secara ekstrim bahkan dapat dikatakan bahwa maju mundurnya atau baik buruknya peradaban suatu masyarakat, suatu bangsa, akan ditentukan oleh bagaimana pendidikan yang dijalani oleh masyarakat bangsa tersebut.

Pendidikan merupakan usaha dasar manusia untuk dapat menikmati makna hidup di dunia dan akhirat. Hal tersebut disadari sebagian umat Islam yang kemudian merupakan suatu kewajiban karena pada dasarnya hasil pendidikannya akan dapat membedakan antara orang yang berpendidikan dan orang yang tidak berpendidikan. Artinya orang yang memiliki pengetahuan akan beda dengan orang yang tidak memiliki pengetahuan sesuai dengan firman Allah SWT dan Qur'an surat Azzumar ayat 9 yang berbunyi :

... قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ



Artinya : “ ..... Katakanlah adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui? Sesungguhnya orang yang berakallah yang dapat menerima pelajaran.”

Jika kita meresapi ayat diatas maka jelaslah kita semua perlu mendapatkan dan mencari atau usaha agar mendapatkan pendidikan. Dalam pendidikan adanya suatu proses yang disebut belajar, di dalam proses belajar mengajar diperlukan kesiapan-kesiapan diantaranya kesiapan mental (kemauan) dan fisik yang kuat dan sehat. Untuk kesiapan fisik yang kuat dan sehat diperlukan makanan-makanan yang bergizi dan sehat artinya makanan yang baik-baik, yang mengandung keseluruhan yang dibutuhkan oleh tubuh kita, agar mendapatkan mental dan fisik yang sehat dan kuat. Yang didalam Al Qur'an surat Al Baqarah ayat 172 Allah menganjurkan agar makan makanan yang baik-baik. Firman Allah SWT :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ \* ١٧٢

Artinya : “ Hai orang-orang yang beriman, makanlah diantara rizki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah jika benar-benar hanya kepada-Nya kamu menyembah.”

Ayat diatas menjelaskan bahwa kita semua diperintahkan oleh Allah untuk menggunakan rizki Allah yang baik-baik. Karena sesuatu yang baik akan menghasilkan kebaikan. Untuk kelancaran peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar perlu adanya kesiapan dengan makan pagi atau sarapan. Dalam sarapan diperlukan jenis makanan yang sehat dan bergizi seperti nasi dan lauk, roti susu atau telur rebus sebelum berangkat ke sekolah.



Agar anak usia sekolah tetap fit selama mengikuti kegiatan sekolah maupun ekstra kulikuler, maka jangan meninggalkan makan pagi. Ada berbagai alasan yang seringkali menyebabkan anak tidak makan pagi. Ada yang merasa waktu sangat terbatas karena jarak sekolah cukup jauh, terlambat bangun pagi, atau tidak ada selera untuk makan pagi.

Anak yang tidak makan pagi akan mengalami kekosongan lambung sehingga kadar gula akan menurun. Padahal gula darah merupakan sumber energi utama bagi otak. Dampak negatifnya adalah ketidakseimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian anak akan sulit untuk dapat menerima pelajaran dengan baik, gairah belajar dan kecepatan reaksi juga akan menurun.

Seseorang yang kekurangan gizi bisa menyebabkan tingkat kecerdasannya berkurang atau bahkan keterbelakangan mental (*mental retardant*). Mereka banyak ditemukan pada daerah-daerah terpencil yang rawan terhadap pangan atau pada bayi yang dilahirkan karena kekurangan gizi, khususnya protein yang membangun jaringan otak dan sistem hormonal. Untuk itulah, konsumsi makanan yang bergizi dalam kadar yang cukup untuk menjaga keseimbangan mental kita menjadi keharusan agama. Keseimbangan mental yang didukung oleh kualitas kesehatan tubuh kita akan meningkatkan kesalehan ritual dan sosial. Sebagaimana dikatakan dalam sebuah ungkapan berikut ini;

أَلْعَقْلُ السَّلِيمُ فِي الْجِسْمِ السَّلِيمِ

Artinya : "Akal (mental) yang sehat terdapat pada tubuh yang sehat".



Dari penjelasan di atas jelas betapa pentingnya menjaga makanan bergizi bagi tubuh kita untuk menjaga kestabilan akal dan kesalehan rohani. Karena letak dari suatu wujud kemajuan suatu bangsa atau umat beragama adalah kemampuan akal dan kesehatan mental prima.

Jika tubuh anak didik lemah maka dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar tidak dapat diserap oleh peserta didik dengan sempurna. Karena makan pagi dapat mempengaruhi terhadap kesiapan belajar anak didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan. Maka dalam penelitian ini peneliti tertarik dan merasa untuk meneliti lebih lanjut, karena peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 peserta didik yang tidak makan pagi dalam mengikuti pembelajaran cepat lesu dan lemah, hingga setelah ada ulangan formatif nilainya kurang dari 7 bagi anak-anak yang tidak makan pagi. Sedangkan anak-anak yang makan pagi dalam mengikuti pembelajaran tampak bergairah dan semangat, akhirnya nilai ulangan formatif memuaskan. Artinya KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) terpenuhi dan dalam belajar anak-anak yang tidak makan pagi kurang siap seperti tidak membawa buku pada jadwal yang telah ada dan dalam mengerjakan PR sering tidak mengerjakan, maka peneliti memilih judul **“Pengaruh Makan Pagi Terhadap Kesiapan Belajar Peserta Didik DI SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.”**



## B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan gambaran latar belakang masalah yang telah dipaparkan, dapat ditarik beberapa rumusan masalah yang akan dibahas dalam skripsi ini, yaitu:

1. Bagaimana kebiasaan makan pagi anak-anak di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.
2. Bagaimana kesiapan belajar bagi anak-anak di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.
3. Bagaimana pengaruh makan pagi terhadap kesiapan belajar anak didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

Dengan alasan pemilihan judul sebagai berikut ;

1. Pentingnya sarapan pagi, guna menunjang kesiapan belajar siswa.
2. Pentingnya kesiapan siswa untuk menerima materi ajar yang diberikan oleh guru, sehingga siswa dapat berprestasi.
3. Pentingnya sarapan pagi guna memperlancar kegiatan belajar mengajar di SD Pasirsari 01.

Untuk itu agar pembahasan kita lebih mendetail dan menghindari adanya bias pemaknaan, maka perlu adanya sebuah batasan istilah dari judul yang diangkat: **“Pengaruh Makan Pagi Terhadap Kesiapan Belajar Anak Didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.”** sebagai berikut:

1. Pengaruh:

Adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang, besar sekali



orang tua terhadap watak anaknya.<sup>1</sup> Sedangkan yang dimaksud disini adalah daya yang ditimbulkan oleh makanan (makan pagi atau sarapan) yang dapat membuat kesiapan belajar peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

2. Makan pagi:

Adalah memasukkan nasi (atau makanan pokok lainnya) ke dalam mulut serta mengunyah dan menelannya pada waktu pagi.<sup>2</sup>

3. Terhadap:

Adalah berkenaan dengan; tentang; mengenai.<sup>3</sup>

4. Kesiapan belajar:

Kesiapan adalah proses, cara, perbuatan menyiapkan sesuatu atau menyudahkan sesuatu.<sup>4</sup> Belajar adalah 1) Berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu, membaca, 2) Melatih, mengetik, karate, benar, 3) Berubah tingkah laku atau tanggapan yang sekolah.<sup>5</sup> Yaitu kesiapan peserta didik dalam proses belajar mengajar atau kegiatan peserta didik di sekolah dalam menuntut ilmu di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

5. Peserta didik SD Negeri Pasirsari 1 Pekalongan:

Adalah 1) Murid, siswa, 2) Anak yang berada dalam pembinaan (asuhan) seseorang untuk diberi latihan (ajaran, pikiran, pimpinan) mengenai akhlak

<sup>1</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h. 664

<sup>2</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h.546

<sup>3</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h.291

<sup>4</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h.835

<sup>5</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h.13



dan kecerdasan pikiran.<sup>6</sup> Di sekolah tempat memberikan pendidikan sebagai dasar pengetahuan untuk melanjutkan ke sekolah yang lebih tinggi, Sekolah Dasar Negeri yang didirikan pemerintah di Kecamatan Pekalongan Barat Kotamadya Pekalongan. Dengan alamat : Jl. KH Samanhudi No. 56 Pasirsari Kec. Pekalongan Barat.

Dengan demikian masalah judul skripsi di atas adalah ; **“Pengaruh Makan Pagi Terhadap Kesiapan Belajar Peserta Didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.”**

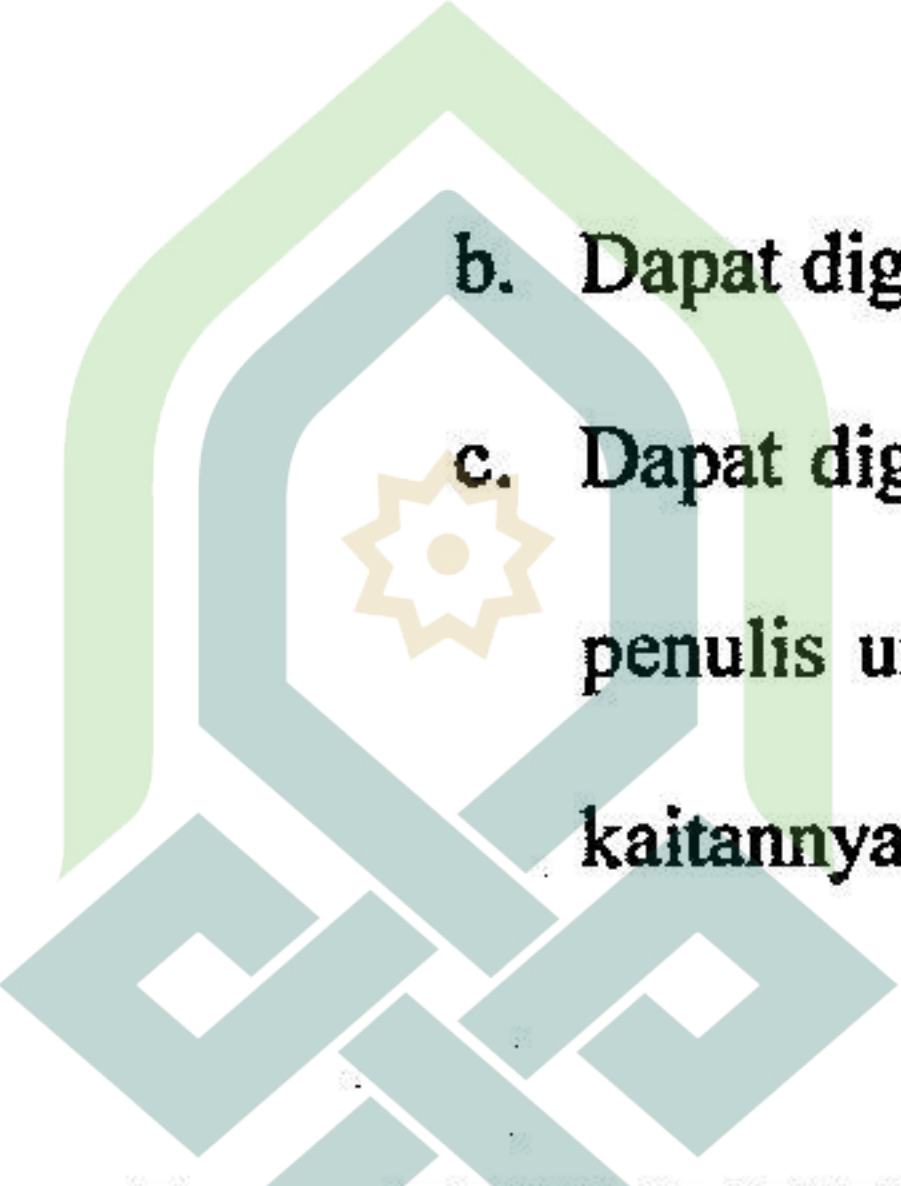
### C. TUJUAN DAN KEGUNAAN PENELITIAN

1. Berdasarkan permasalahan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:
  - a. Mengetahui jumlah anak didik yang suka makan pagi atau sarapan ketika hendak pergi ke sekolah.
  - b. Mengetahui jumlah anak didik yang tidak suka makan pagi atau sarapan ketika hendak pergi ke sekolah.
  - c. Mengetahui keadaan anak didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar setiap hari.
2. Kegunaan penelitian:
  - a. Kegunaan penelitian ini diharapkan memberi gambaran tentang makan pagi atau sarapan yang dapat membuat peserta didik merasa tenang dan aktif dalam mengikuti proses belajar mengajar, yang pada akhirnya dapat mencapai hasil yang maksimal dalam penerimaan materi yang diserap oleh peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

---

<sup>6</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Basaha Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), Cet. ke-4, h. 31



- 
- b. Dapat digunakan sebagai bahan kajian ilmu dan pengetahuan.
  - c. Dapat digunakan sebagai bahan yang berguna bagi guru, orang tua dan penulis untuk membuka cakrawala berilmu penulis dan pembaca, yang kaitannya dengan proses kegiatan belajar.

#### **D. TINJAUAN PUSTAKA**

##### **1. Analisi Teori**

Makan pagi perlu bagi peserta didik karena merupakan suatu dasar pada pencernaan yang mana semalam pencernaan telah beristirahat selama 9 jam dan akhirnya perut kosong, pada saat perut kosong peserta didik dalam belajar akan terganggu atau tidak akan tenang, karena seseorang peserta didik akan dapat belajar dengan baik dan tenang, perlu adanya makan pagi dapat merangsang daya pikir yang cerah. Bila dalam belajar peserta didik sudah siap fisik dan daya pikir yang cerah maka akan dapat menerima pelajaran dengan baik dan sukses. Dan tujuan pendidikan akan tercapai dengan baik.

Guru dalam memberikan kesiapan proses belajar mengajar perlu :

- a. Menanyakan siapa yang belum makan pagi atau sarapan.
- b. Memberikan motivasi agar semua peserta didik untuk menyempatkan makan pagi sebelum berangkat sekolah atau masuk kelas.
- c. Dan peserta didik hendaklah melaksanakan nasehat dari gurunya untuk makan pagi atau sarapan.



## 2. Keaslian Penelitian

Penelitian-penelitian yang terkait dengan judul skripsi Pengaruh Makan Pagi Terhadap Kesiapan Belajar Anak Didik adalah :

- a. Siti Chusmiatul M, dalam skripsinya “Hubungan Pendidikan dan Pengatahuan Gizi Ibu Dengan Sumbangan Energi dan Protein Sarapan Pagi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Masyithoh 08 Kramatsari Kota Pekalongan”<sup>7</sup>, dari hasil penelitian bahwa anak pra sekolah belum bisa memilih menu sarapan pagi yang banyak mengandung energi dan protein, yang akan digunakan untuk aktifitas hari itu. Tidak ada hubungan antara pendidikan ibu dengan sumbangan energi sarapan pagi anak pra sekolah, tapi perlu adanya penyuluhan gizi tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak pra sarapan bagi ibu, sehingga ibu harus mamperbaiki menu sarapan pagi baik kuantitas maupun kualitas. Jenis penelitian ini adalah *explanatory research* dan pedekatan penelitian adalah *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua murid, jenis data yang diambil adalah data primer meliputi data identitas responden asupan makanan responden dan data sekunder meliputi gambaran umum keadaan tempat penelitian.
- b. Umi Istiqomah, dalam skripsinya “Perbedaan Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak di Sekolah Dasar Negeri Daerah Pantai dan Daerah Pegunungan Kabupaten Pati Tahun Pembelajaran 2004 / 2005”<sup>8</sup>, dari hasil

<sup>7</sup> Siti Chusmiatul, “Hubungan Pendidikan dan Pengatahuan Gizi Ibu Dengan Sumbangan Energi dan Protein Sarapan Pagi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Masyithoh 08 Kramatsari Kota Pekalongan”, *Skripsi*, (Semarang: Universitas Muhammadiyah, 2008), h. ii

<sup>8</sup> Istiqomah, “Perbedaan Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak di Sekolah Dasar Negeri Daerah Pantai dan Daerah Pegunungan Kabupaten Pati Tahun Pembelajaran 2004 / 2005”, (Semarang: UNNES, 2005), h. ii



penelitian bahwa hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan status gizi secara signifikan antara anak SD Negeri di daerah pantai dan daerah pegunungan Kabupaten Pati. Hal ini dikarenakan sebagian besar masing-masing anak mampu mencukupi kebutuhan tubuhnya akan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Jenis penelitian bersifat explanatory research (penelitian penjelasan) untuk menjelaskan perbedaan status gizi dan prestasi belajar anak SD Negeri di daerah pantai dan daerah pegunungan Kabupaten Pati. Metode yang digunakan adalah metode cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 3 dan 5 SD Negeri, pada daerah pantai yaitu 35 SD N di Kecamatan Tayu dan pada daerah pegunungan adalah 40 SD Negeri di Kecamatan Kayen. Sampel pada daerah pantai berjumlah 48 siswa di SD N 01 Sambiroto Kecamatan Tayu dan pada daerah pegunungan berjumlah 70 siswa di SD N 01 Beketel Kecamatan Kayen Kabupaten Pati.

### **3. Analisis Hasil Penelitian**

Semua peserta didik diobservasi setiap pagi sebelum memulai penyampaian materi agar sudah siap untuk menerima mata pelajaran, jika ada salah satu peserta didik yang belum makan pagi atau sarapan, maka diberikan waktu 3 menit untuk makan makanan ringan seperti roti atau makan snack.

### **4. Kerangka Berpikir**

Kegiatan belajar mengajar akan menghasilkan hasil yang optimal apabila peserta didik dan guru memiliki kesiapan mental dan fisik yang kuat. Peserta didik yang lapar tidak akan bisa konsentrasi dalam belajar, maka perlu



adanya anjuran untuk makan pagi atau sarapan kepada semua peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan. Dengan demikian materi yang telah disampaikan oleh guru dapat diserap dengan baik dan tujuan akan tercapai.

## 5. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah-masalah yang diteliti yang dirumuskan atas dasar terkaan dan *conjecture* peneliti.<sup>9</sup> Melalui penelaahan permasalahan yang telah dibahas di atas, maka dapat diambil rumusan hipotesis sebagai berikut ; “ Ada Pengaruh Makan Pagi Terhadap Kesiapan Belajar Peserta Didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan”.

## E. METODE PENELITIAN

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini berdasarkan pendekatan silang (pendekatan *cross sectional*) karena tidak menggunakan subjek yang sama dalam waktu yang bersamaan, penelitian mengadakan pencatatan tentang perhubungan fisik peserta didik di sekolah secara acak yaitu kelas I, II, III, IV, V, dan VI. Perbedaan kelompok yang satu dengan yang lainnya berbeda.

Jenis penelitian ini bersifat *deskriptif eksploratif*, yaitu penelitian yang menggambarkan atau memaparkan keadaan yang sebenar-benarnya tanpa membandingkan atau menghubungkan variabel-variabel lain, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Dalam hal ini pokok permasalahannya adalah memaparkan keadaan peserta didik yang suka makan pagi dan peserta

---

<sup>9</sup> Ali Muhammad, *strategi Penelitian Pendidikan*, (Bandung; Angkasa, 1992), hlm. 3



didik yang tidak suka makan pagi atau sarapan di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

## 2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Berdasarkan judul proposal diatas maka terdapat 2 variabel yang bebas dan terikat antara lain :

### a. Variabel Bebas

Variable bebas dalam judul diatas adalah makan pagi. Agar peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan membiasakan makan pagi atau sarapan, demi kelancaran kegiatan belajar mengajar.

### b. Variabel Terikat

Variable terikat adalah kesiapan belajar peserta didik SD Pasirsari 01 Pekalongan. Semua peserta didik yang ada di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan adalah peserta didik yang aktif dalam mengikuti KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) dari siswa kelas I sampai dengan kelas VI yang berjumlah 169 peserta didik.

## 3. Populasi

“Yang dimaksud populasi adalah seluruh objek penelitian.”<sup>10</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

“Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek yang akan diteliti yang didefinisikan dengan jelas, dengan karakteristik dan kualitas tertentu. Populasi bukan hanya orang, tetapi juga benda-benda hidup maupun

---

<sup>10</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. ke-13, Edisi Revisi VI, h. 130



mati yang ada. Populasi juga tidak hanya jumlah yang ada dalam obyek pengamatan, melainkan juga meliputi karakter / sifat yang ada pada kolom obyek tersebut.”<sup>11</sup>

Populasi penelitian ini adalah peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan yang ada di kelas I berjumlah 24 siswa, kelas II berjumlah 31 siswa, kelas III berjumlah 27 siswa, kelas IV berjumlah 25 siswa, kelas V berjumlah 33 siswa, dan kelas VI berjumlah 29 siswa, yang keseluruhannya berjumlah 169 peserta didik.<sup>12</sup>

#### 4. Sampel

Sampel adalah sebagian dari wakil populasi yang diteliti.<sup>13</sup> Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*, yaitu “karena didalam pengambilan sampelnya, peneliti ‘mencampur’ subjek-subjek didalam populasi sehingga semua objek dianggap sama.”<sup>14</sup> Jumlah sampel akan mempengaruhi hasil penelitian, maka perlu ditentukan jumlah sampel yang tepat dalam penelitian ini.

Pengambilan sampel 100% sangat tidak mungkin karena membutuhkan biaya yang sangat besar, tenaga yang sangat banyak, dan waktu proses yang sangat lama.

<sup>11</sup> Salafudin, *Statistika Terapan Untuk Penelitian Sosial*, (Pekalongan: STAIN Pekalongan Press, 2008), Cet. Ke-II, h. 11

<sup>12</sup> Lihat dilampiran

<sup>13</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. Ke-13, Edisi Revisi VI, h. 131

<sup>14</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. Ke-13, Edisi Revisi VI, h. 134



Oleh karena itu, metode *sampling* yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling* dengan tabel *Krejcie*<sup>15</sup>. Jumlah sampel ini diambil berdasarkan data jumlah peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan. Kemudian data ini dianggap sebagai populasi dari penelitian untuk selanjutnya disusun berdasarkan semua kelompok dilihat dari tabel *Krejcie*, kemudian sampel dipilih dari masing-masing kelompok. Tabel *Krejcie* melakukan perhitungan ukuran sampel didasarkan atas 5%, jadi sampel yang diperoleh tersebut mempunyai tingkat kepercayaan 95% terhadap populasi.

Berdasarkan data peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan tahun ajaran 2008-2009, di dapatkan populasi sebesar 169. Pengambilan sampel penelitian yang dibutuhkan adalah 118 sampel dari hasil interpolasi antara N160 dan N170.<sup>16</sup>

## F. SUMBER DATA

### 1. Sumber data primer

Adalah sumber data utama yang berhubungan dengan topik yang diangkat, sumber data primer merupakan objek yang sedang diteliti yang termasuk di dalamnya adalah orang-orang yang ada dalam lingkungan di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan seperti Kepala Sekolah, Guru-guru, Staf-staf, dan Komite Sekolah dan juga peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

---

<sup>15</sup>Lihat dilampiran

<sup>16</sup> Lihat dilampiran, cara interpolasi untuk menentukan sampel



## 2. Sumber data sekunder

Yaitu sumber data yang diperoleh lewat studi pustaka yang berkaitan dengan masalah yang diangkat. Hal tersebut berupa Al Qur'an diterjemahkan, hadist, buku-buku yang relevan dengan penelitian. Sumber data sekunder adalah juga dapat disebut sebagai sumber data penguat bagi peneliti yang nantinya dapat dijadikan sebagai landasan dari sebuah penelitian.

## G. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

### 1. Metode Observasi

“Observasi disebut sebagai pengamatan langsung.”<sup>17</sup> Merupakan metode pengumpulan data yang diperoleh melalui pengamatan langsung di lapangan sehingga diperoleh data yang sesungguhnya. Metode ini digunakan untuk melengkapi data tentang keadaan peserta didik yang makan pagi atau yang tidak makan pagi di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan. Pencatatannya dilakukan menurut prosedur dan aturan-aturan yang ada, sehingga dapat diulangi kembali oleh peneliti yang lain.

### 2. Metode Interview

”Interview disebut juga dengan wawancara atau *kuesioner lisan*.”<sup>18</sup> Metode ini merupakan teknik pengumpulan data yang menggunakan cara tanya jawab dengan pihak yang bersangkutan (dikerjakan) dengan sistematis dan didasarkan pada suatu penelitian. Metode ini digunakan untuk mencari data

<sup>17</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. Ke-13, Edisi Revisi VI, h. 157

<sup>18</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. Ke-13, Edisi Revisi VI, h. 155



tentang sejarah dan keadaan peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

### 3. Metode *Kuesioner*

“Kuesioner atau angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden.”<sup>19</sup> Adalah metode pengumpulan data dengan pertanyaan-pertanyaan tertulis kepada responden untuk menjawab secara tertulis, yang diberikan lagi kepada peneliti. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang pelaksanaan sarapan pagi di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan.

## H. METODE ANALISIS DATA

### 1. Analisis Pendahuluan

Adalah menyusun tabel-tabel distribusi secara sederhana untuk setiap variabel yang terdapat dalam penelitian.<sup>20</sup> Hal ini dilakukan sebagai langkah awal untuk menentukan nilai yang memungkinkan ditemukannya data lebih lanjut.

### 2. Analisis Uji Hipotesis

#### 1. *Excel*

*Excel* adalah suatu program pengolahan data yang bertipe numerik (angka).<sup>21</sup> Program aplikasi yang dipergunakan untuk mengolah table, pembuatan bagan ataupun database sederhana. Dalam penelitian ini hanya

<sup>19</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Cet. Ke-13, Edisi Revisi VI, h. 151

<sup>20</sup> Koetjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: PT Gramedia, 1981) h. 63

<sup>21</sup> Departemen Penelitian dan Pengembangan LPKBM MADCOMS, *Interaksi Data Antar Program Office*, (Madiun : Andi Offset, 2004), h. 3



digunakan untuk menampilkan bagan-bagan dari hasil data yang sudah digolongkan, sehingga data lebih mudah untuk dibaca dan dipahami.

## 2. Chi-square

Chi kuadrat ( $\chi^2$ ) satu sampel, adalah hipotesis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis bila dalam populasi terdiri atas dua atau lebih klas, data berbentuk nominal dan sampelnya besar.<sup>22</sup>

Rumus chi kuadrat sebagai berikut :

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(f_o - f_h)^2}{f_n} \dots\dots\dots(1.1)$$

dimana :  $\chi^2$  = chi kuadrat  
 $f_o$  = frekuensi yang diobservasi  
 $f_h$  = frekuensi yang diharapkan

Jika  $\chi^2$  hitung >  $\chi^2$  tabel  $\alpha$  0.05 dk (k-1), maka hipotesis ditolak

Jika  $\chi^2$  hitung <  $\chi^2$  tabel  $\alpha$  0.05 dk (k-1), maka hipotesis diterima

## 3. Analisis Lanjutan

Adalah langkah analisi data melalui sebuah kesimpulan yang menunjukkan hasil dari skripsi ini.

### I. SISTEMATIKA PENULISAN SKRIPSI

Skripsi ini terdiri dari 5 bab, dimana antara bab yang pertama sampai dengan bab terakhir merupakan sebuah uraian terikat dan berkesinambungan.

Adapun uraiannya adalah sebagai berikut:

---

<sup>22</sup> Wahana Komputer, *Pengolahan Data Statistik dengan SPSS 12*, (Semarang : Andi Offset, 2004), h. 149



Bab I berisi Pendahuluan, meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, metode penelitian dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II berisi Belajar dan Makan Pagi, meliputi pengertian belajar, pengukuran kesiapan belajar, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar. Makan pagi berisi tentang, pengertian makan pagi, manfaat makan pagi dan zat gizi yang dibutuhkan anak.

Bab III berisi Makan Pagi dan Kesiapan Belajar di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan, meliputi gambaran umum SDN Pasirsari 01 Pekalongan meliputi; Letak geografis, jumlah peserta didik, guru-guru tenaga pengajar, struktur organisasi, sarana dan prasarana. Kebiasaan makan pagi di SDN Pasirsari 01 Pekalongan, dan Kesiapan belajar siswa SDN Pasirsari 01 Pekalongan.

Bab IV berisi Pengaruh makan pagi terhadap kesiapan belajar peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan, meliputi analisis data dengan tabulasi silang dan analisis data dengan *Chi\_Square*.

Bab V berisi Penutup, meliputi kesimpulan dan saran-saran.



## BAB V PENUTUP

### A. KESIMPULAN

Setelah melakukan analisis terhadap data-data yang telah dikumpulkan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari hasil rekap responden yang berkenaan dengan pola makan pagi didapat hasil; yang makan pagi sebanyak 44,3%, makan pagi di rumah sebanyak 59,9%, makan dengan tidak tergesa-gesa sebanyak 62,3%, senang makan pagi sebanyak 44,9%, makan pagi berupa nasi sebanyak 62,9%, makan pagi dan minum susu dilakukan secara kadang-kadang sebanyak 48,5%.
2. Dari rekap responden yang berkenaan dengan kesiapan belajar peserta didik didapat hasil; siswa datang tepat waktu sebesar 38,9%, bersungguh-sungguh mengikuti pelajaran sebesar 68,3%, membaca buku di rumah sebesar 18,6%, menyukai pelajaran yang disampaikan guru sebesar 50,3%, mengerjakan PR di rumah sebesar 46,1%, suka bertanya pada guru sebesar 11,4%, dan mendapatkan nilai diatas 70 selalu sebesar 15,6%, sering sebesar 29% dan kadang-kadang sebesar 67,1%.
3. Ada pengaruh makan pagi terhadap kesiapan belajar peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan, hal ini dibuktikan dengan Chi square hitung  $>$  Chi square tabel ( $281,791 > 16,919$ ), antara kesiapan belajar dengan makan pagi. Untuk Chi square hitung  $>$  Chi square tabel ( $229,828 > 16,919$ ), antara kesiapan belajar dengan orang tua menyiapkan makan pagi. Untuk Chi square hitung  $>$  Chi square tabel



(229,828 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi di rumah. Untuk Chi square hitung > Chi square tabel (97,103 > 9,488), antara kesiapan belajar dengan makan pagi di sekolah. Untuk Chi square hitung > Chi square tabel (161,947 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi tergesa-gesa. Chi square hitung > Chi square tabel (176,564 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi dipaksa orang tua. Chi square hitung > Chi square tabel (198,800 > 12,592), antara kesiapan belajar dengan senang makan pagi. Chi square hitung > Chi square tabel (249,407 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi berupa nasi. Chi square hitung > Chi square tabel (141,663 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi berupa snack/ roti. Chi square hitung > Chi square tabel (224,218 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan makan pagi dan minum susu. Chi square hitung > Chi square tabel (358,632 > 16,919), antara kesiapan belajar dengan datang tepat waktu. Chi square hitung > Chi square tabel (182,126 > 12,592), antara kesiapan belajar dengan bersungguh-sungguh mengikuti pelajaran. Semua hasil analisis menunjukkan Chi square hitung lebih besar dari Chi square tabel, maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian hipotesis yang diajukan penulis diterima, bahwa ada hubungan antara makan pagi dengan kesiapan belajar peserta didik di SD Negeri 01 Pasirsari Pekalongan.



## B. SARAN

Untuk meningkatkan dan memperbaiki proses belajar mengajar yang ada di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan, maka melalui skripsi ini penulis ingin menyampaikan beberapa saran-saran bagi para pengajar maupun peserta didik di SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan dan semua siswa yang sedang studi pada umumnya:

### 1. Bagi Peserta didik :

Peserta didik atau siswa hendaknya dibiasakan makan pagi di rumah, hal ini sangat dianjurkan oleh dokter maupun ahli gizi karena untuk menunjang kegiatan di sekolah sehingga dapat beraktivitas dengan baik dan tidak cepat lelah.

### 2. Bagi Orang tua :

Membiasakan anak-anak untuk makan pagi, juga ditunjang oleh kesadaran orang tua untuk meluangkan waktunya menyiapkan makan pagi di rumah. Hal ini selain menghemat uang jajan untuk anak juga menjaga kesehatan anak dari makanan yang kurang sehat yang biasa dikonsumsi oleh anak di sekolah.

### 3. Bagi Pihak Sekolah :

Hendaknya memperhatikan perstasi belajar anak didiknya, karena disamping peran orang tua, pihak sekolah baik guru atau tenaga pendidik maupun suasana di sekolah juga mempengaruhi minat belajar peserta didik. Hendaknya pihak sekolah dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif, tenang, dan menyenangkan.



## DAFTAR PUSTAKA

Albert M. Hutapea, *Menuju Gaya Hidup Sehat Kiat Praktis Untuk Setiap Orang Sibuk yang Ingin Sehat dan Fit*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1993

Ali Muhammad, *Strategi Penelitian Pendidikan*, Bandung: Angkasa, 1992

Arikunto, Suharsimi, Prof. Dr. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta : Rineka Cipta, 2006

A. Zainul, N. Nasution, *Penilaian Hasil Belajar*, Jakarta: Dirjen Dikti, 1993

Choirul, *Mengapa Harus Mengolah Sampah*, Pekalongan: Modul Pelatihan UPPKS, 2009

Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Semarang : CV. Asy Syifa, 1992

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka, 1993

Duwi Priyatno, *5 Jam Belajar Olah Data dengan SPSS 17*, Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET, 2009

Departemen Penelitian dan Pengembangan LPKBM MADCOMS, *Interaksi Data Antar Program Microsoft Office 2003/ XP Mengolah Data Lebih Efektif*, Madiun : Andi Offset, 2004

Istiqomah, *Perbedaan Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak di Sekolah Dasar Negeri Daerah Pantai dan Daerah Pegunungan Kabupaten Pati Tahun Pembelajaran 2004 / 2005*, Skripsi, Semarang: UNNES, 2005

Kecamatan Pekalongan Barat, *Kecamatan Pekalongan Barat Dalam Angka 2009*, Pekalongan: 2009

Kholil, Makrum, Drs. M.Ag. dkk, *Pedoman Penulisan Skripsi*, Pekalongan : STAIN Pekalongan Press

Koetjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: PT. Gramedia, 1981

Moehji, *Ilmu Gizi*, Jakarta: Bhatara Karya Jaya, 1998

Nasution, *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar dan Mengajar*, Jakarta: Bumi Aksara, 1995



P. Irawan, dkk, *Teori Belajar Motivasi dan Keterampilan Mengajar*, Jakarta: Dirjen Dikti, Depdibud, 1997

Salafudin, S.Si, M.Si, *Statistika Terapan Untuk Penelitian Sosial*, Pekalongan : STAIN Pekalongan Press

Siti Chusmiatul, *Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Gizi Ibu Dengan Sumbangan Energi dan Protein Sarapan Pagi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Masyithoh 08 Kramatsari Kota Pekalongan*, Skripsi, Semarang: Universitas Muhammadiyah, 2008

Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002

Riyanto, dkk, *Cara Mudah Belajar Microsoft Word 2002*, PT. Elex Media Komputindo, Jakarta: 1999

Roedjito, *Kajian Penelitian Gizi*, Jakarta: Mediyatama Sarana Perkasa, 1989

Wahana Komputer, *Pengolahan Data Statistik dengan SPSS 12*, Semarang : Andi Offset, 2004

Winarno, *Gizi dan Makanan Bagi Anak Sapihan*, Jakarta: Pustaka Harapan, 1997



## LAMPIRAN

Cara interpolasi untuk menentukan sampel :

Jumlah populasi peserta didik SD Negeri Pasirsari 01 Pekalongan tahun ajaran 2008-2009 sebesar 169 peserta didik.

Untuk

N	S
160	113
170	118

Tabel *Krejcie*

Keterangan N : Jumlah populasi

S : Jumlah minimal sampel

$$\text{Maka untuk N : } 169 = 113 + \frac{169-160}{170-160} (118 - 113)$$

$$= 113 + 4,5$$

$$= 117,5$$

$$= 118 \text{ sampel}$$

Jadi sampel yang dibutuhkan untuk penelitian adalah 118 sampel.



Tabel Krecjie

Table for determining size  $S$  of a randomly chosen sample from given finite population of  $N$  cases such that sample proportion will be within 0,5 of the population proportion  $P$  with a 95 % level of confidence

N	S	N	S	N	S
10	10	220	140	1200	291
15	14	230	144	1300	297
20	19	240	148	1400	302
25	24	250	152	1500	306
30	28	260	155	1600	310
35	32	270	159	1700	313
40	36	280	162	1800	317
45	40	290	165	1900	320
50	44	300	169	2000	322
55	48	320	175	2200	327
60	52	340	181	2400	331
65	56	360	186	2600	335
70	59	380	191	2800	338
75	63	400	196	3000	341
80	66	420	201	3500	346
85	70	440	205	4000	351
90	73	460	210	4500	354
95	76	480	214	5000	357
100	80	500	217	6000	361
110	86	550	226	7000	364
120	92	600	234	8000	367
130	97	650	242	9000	368
140	103	700	248	10000	370
150	108	750	254	11000	375
160	113	800	260	20000	377
170	118	850	265	30000	379
180	123	900	269	40000	380
190	127	950	274	50000	381
200	132	1000	278	75000	382
210	136	1100	285	100000	384

(Sumber : Statistika untuk Penelitian, Dr. Sugiyono. 2002)

Keterangan :

N = Jumlah populasi

S = Jumlah minimal sampel



**Chi Square Tabel Statistic  
(Level of Significance 0.05)**

<b>df</b>	<b>Chi Square</b>	<b>df</b>	<b>Chi Square</b>
1	3.841	41	56.942
2	5.991	42	58.124
3	7.815	43	59.304
4	9.488	44	60.481
5	11.070	45	61.656
6	12.592	46	62.830
7	14.067	47	64.001
8	15.507	48	65.171
9	16.919	49	66.339
10	18.307	50	67.505
11	19.675	51	68.669
12	21.026	52	69.832
13	22.362	53	70.993
14	23.685	54	72.153
15	24.996	55	73.311
16	26.296	56	74.468
17	27.587	57	75.624
18	28.869	58	76.778
19	30.144	59	77.930
20	31.410	60	79.082
21	32.671	61	80.232
22	33.924	62	81.381
23	35.172	63	82.529
24	36.415	64	83.675
25	37.652	65	84.821
26	38.885	66	85.965
27	40.113	67	87.108
28	41.337	68	88.250
29	42.557	69	89.391
30	43.773	70	90.531
31	44.985	71	91.670
32	46.194	72	92.808
33	47.400	73	93.945
34	48.602	74	95.081
35	49.802	75	96.217
36	50.998	76	97.351
37	52.192	77	98.484
38	53.384	78	99.617
39	54.572	79	100.749
40	55.758	80	101.879

Sumber : SPSS



**KUESIONER**  
**PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN BELAJAR**  
**ANAK DIDIK di SDN PASIRSARI 01 PEKALONGAN**

Kelas : ..... tanggal : .....

Sekolah : ..... No. Angket : .....

Petunjuk pensisian; - Mohon dibantu dengan menjawab pertanyaan yang ada  
- Berikan tanda (X/ O/ V) pada jawaban yang sesuai.

**I. Kebiasaan Sarapan Pagi**

1. Apakah anda makan pagi?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
2. Apakah orang tua menyiapkan makan pagi?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
3. Apakah anda makan pagi di rumah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
4. Apakah anda makan pagi di sekolah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
5. Apakah anda makan pagi dengan tergesah-gesah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
6. Apakah anda makan pagi dipaksa orang tua?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
7. Apakah anda senang dengan makan pagi?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
8. Apakah makan pagi anda berupa nasi?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
9. Apakah makan pagi anda berupa roti/ snack/ telur/ lauk?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
10. Apakah anda makan pagi dan minum susu?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah



**KUESIONER**  
**PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN BELAJAR**  
**ANAK DIDIK di SDN PASIRSARI 01 PEKALONGAN**

Kelas : .....

tanggal : .....

Sekolah : .....

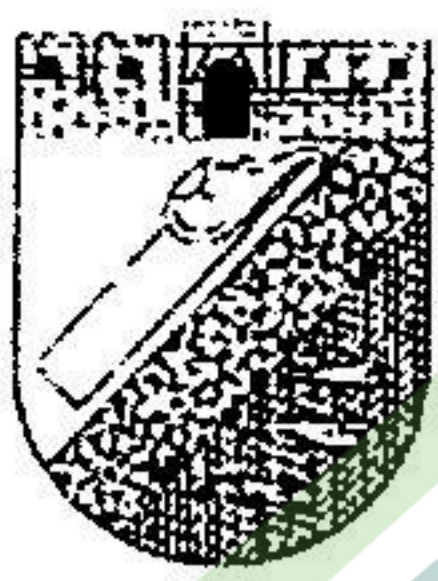
No. Angket : .....

Petunjuk pensisian; - Mohon dibantu dengan menjawab pertanyaan yang ada  
- Berikan tanda (X/ O/ V) pada jawaban yang sesuai

**II. Kesiapan Belajar**

1. Apakah anda tepat waktu datang ke sekolah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
2. Apakah anda mempersiapkan diri sebelum pelajaran?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
3. Apakah anda bersungguh-sungguh dalam mengikuti pelajaran?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
4. Apakah anda sering membaca buku di rumah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
5. Apakah anda menyukai pelajaran yang disampaikan guru?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
6. Apakah anda suka belajar di rumah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
7. Apakah anda mengerjakan PR di rumah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
8. Apakah anda meninggalkan buku pelajaran di rumah?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
9. Apakah anda suka bertanya pada guru?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah
10. Apakah anda mendapatkan nilai diatas 70?
  - a. Selalu
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Tidak pernah





## SURAT KETERANGAN

Dengan ini Kepala Sekolah SD Negeri Pasirsari 01 UPTD Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kecamatan Pekalongan Barat menerangkan bahwa :

Nama : AZIZAH  
NIM : 232.307.101  
Judul : PENGARUH MAKAN PAGI TERHADAP KESIAPAN BELAJAR  
PESERTA DIDIK DI SD NEGERI PASIRSARI 01 PEKALONGAN

Yang tersebut diatas benar – benar telah melakukan penelitian di SDN Pasirsari 01 Pekalongan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Kepala Sekolah  
SDN Pasirsari 01 Pekalongan

SUWARTAYA, S.Pd  
Nip. 19670320 198806 1 001



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### A. IDENTITAS PRIBADI

Nama Lengkap : AZIZAH  
Tempat Lahir : Pekalongan  
Tanggal Lahir : 12 Desember 1955  
Alamat : Jl. Kramatsari II No. 32 Rt 03 Rw 01 Pekalongan  
Telpon : (0285) 410211

Riwayat Pendidikan :

1. SDI Kramatsari Pekalongan lulus tahun 1968
2. PGAN 6 TH Pekalongan lulus tahun 1974
3. D2 Tarbiyah Semarang lulus tahun 1997
4. STAIN Pekalongan jurusan Tarbiyah masuk tahun 2007

### B. DATA ORANG TUA

#### 1. Ayah Kandung

Nama Lengkap : MOH. SUUD PADMOREJO  
Pekerjaan : Pensiunan KUA  
Agama : Islam  
Alamat : Kramatsari II Rt 03 Rw 01 Pekalongan

#### 2. Ibu Kandung

Nama Lengkap : BARKUM (Alm.)  
Pekerjaan : -  
Agama : Islam  
Alamat : Kramatsari II Rt 03 Rw 01 Pekalongan

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, Januari 2010

Yang Membuat

AZIZAH  
NIM 232.303.101