



UNIVERSITAS
GADJAH MADA

Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Kesiapan dan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa di Pagi Hari
Normalita Sari, Mutiara Tirta Prabandari Lintang Kusuma, Ph.D.; Lely Lusmilasari, S.Kp., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2025 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KESIAPAN DAN TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI PAGI HARI

SKRIPSI

**Disusun untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, Dan Keperawatan
Universitas Gadjah Mada**



Disusun oleh:
NORMALITA SARI
21/474210/KU/22936

**PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN
KEPERAWATAN
UNIVERSITAS GADJAH MADA
YOGYAKARTA
2025**



HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KESIAPAN DAN TINGKAT
KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI PAGI HARI

Disusun Oleh:

Normalita Sari

NIM. 21/474210/KU/22936

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal : 14 Oktober 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua/Pembimbing I

Mutiara T.P.L. Kusuma, Ph.D
NIP. 111198606201109201

Tanggal: 14 Oktober 2025

Anggota/Pembimbing II

Lely Lusmilasari, S.Kp., M.Kes., Ph.D
NIP. 197402061999032003

Tanggal: 15 Oktober 2025

Anggota/Penguji

a.n. Farah Faza, S.Gz., M.Gizi
NIP. 111199310202301201

Tanggal: 16 Oktober 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan
Universitas Gadjah Mada

R. Dwi Budiningsari, Sp. M.Kes, Ph.D
NIP. 197604252005022001

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Normalita Sari
NIM : 21/474210/KU/22936
Tahun terdaftar : 2021
Program Studi : S1 Gizi
Fakultas : Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan

Menyatakan bahwa dokumen ilmiah skripsi ini tidak terdapat bagian dari karya lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang tertulis dalam sitasi dokumen ini dan disebutkan sumbernya secara lengkap di daftar pustaka.

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah skripsi ini di kemudian hari terbukti merupakan unsur plagiasi dari hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 10 Oktober 2025



Normalita Sari

21/474210/KU/22936



KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Kesiapan dan Tingkat Konsentrasi Pelajar di Pagi Hari”. Perjalanan penulis dalam penyusunan naskah, pengambilan data, serta pelaksanaan ujian tidak lepas dari doa dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Mutiara Tirta Prabandari Lintang Kusuma, Ph.D. selaku dosen pembimbing I skripsi yang selalu membimbing, mengarahkan, serta memberi semangat dan motivasi selama proses penyusunan skripsi.
2. Ibu Lely Lusmilasari, S.Kp., M.Kes., Ph.D selaku dosen pembimbing II skripsi yang selalu membimbing, mengarahkan, serta memberi semangat dan motivasi selama proses penyusunan skripsi.
3. Ibu Farah Faza, S.Gz., M.Gizi selaku dosen penguji yang senantiasa memberikan saran dan masukan untuk membangun penyusunan skripsi yang lebih baik.
4. Seluruh dosen dan staf Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan yang memberikan fasilitas selama perkuliahan.
5. Orang tua yang selalu memberikan doa dan dukungan selama penyusunan skripsi.
6. Sahabat-sahabat yang selalu membantu, memberi masukan, serta memberikan semangat dan motivasi selama penyusunan skripsi.
7. Teman-teman Gizi Kesehatan angkatan 2021 yang selalu bersama



tumbuh dan berkembang selama perkuliahan.

8. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas bantuannya selama penyusunan skripsi.

Penulis berharap agar segala bentuk dukungan dan bantuan dari berbagai pihak memperoleh balasan terbaik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga saran, masukan, serta kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan bagi para pembaca.

Yogyakarta, 10 Oktober 2025

Penulis