



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Pustaka.....	10
B. Landasan Teoretis.....	20
C. Kerangka Konseptual.....	21
D. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Rancangan Penelitian.....	22
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
C. Populasi dan Subjek Penelitian.....	22
D. Variabel Penelitian.....	24
E. Definisi Operasional.....	25
F. Instrumen Penelitian.....	29
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	32
H. Jenis dan Pengumpulan Data.....	34
I. Metode Pengolahan Data.....	36
J. Metode Analisis Data.....	38
K. Etika Penelitian.....	39
L. Jalannya Penelitian.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Hasil.....	42
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan penelitian.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58



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/>

B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	67



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	2
Tabel 3. Instrumen dan Kode.....	36
Tabel 4. Karakteristik Sosiodemografi dan Gambaran Pola Hidup Responden (n=140).....	43
Tabel 5. Gambaran Kebiasaan Sarapan Responden (n=140).....	44
Tabel 6. Gambaran Kesiapan dan Konsentrasi Belajar Responden (n=140).....	46
Tabel 7. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Kesiapan Belajar.....	46
Tabel 8. Hubungan Kesiapan Belajar dan Konsentrasi Belajar.....	47
Tabel 9. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Konsentrasi Belajar.....	48
Tabel 10. Analisis Status Gizi, Tingkat Stres, Kualitas Tidur dengan.....	49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Landasan Teoretis.....	20
Gambar 2. Kerangka Konseptual.....	21



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan kepada Orang Tua.....	67
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Orang Tua Responden.....	69
Lampiran 3. Lembar Penjelasan Responden.....	70
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden.....	72
Lampiran 5. Kuesioner Sosiodemografi dan Pola Kebiasaan Sarapan.....	73
Lampiran 6. Tabel Recall 24 Jam.....	75
Lampiran 7. Kuesioner Kesiapan Belajar.....	76
Lampiran 8. Grid Test Concentration.....	78
Lampiran 9. Kuesioner The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI).....	80
Lampiran 10. Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS).....	82
Lampiran 11. Surat Izin Etik Penelitian.....	84
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas.....	85
Lampiran 13. Uji Similaritas Turnitin.....	86