

## HUBUNGAN ANTARA SARAPAN DENGAN DAYA TANGKAP ANAK USIA 4-5 TAHUN DI KECAMATAN KAWUNGANTEN KABUPATEN CILACAP

### *THE ASSOCIATION BETWEEN BREAKFAST AND COMPREHENSION ABILITY OF CHILDREN AGED 4-5 YEARS IN KAWUNGANTEN, CILACAP DISTRICT*

Oleh: Violeta Chandra Karissa, paud fip uny  
karissavioleta@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Cilacap. Sarapan penting karena memengaruhi performa belajar anak di dalam kelas. Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Sampel yang diteliti adalah 113 anak. Teknik pengambilan data adalah menggunakan observasi dan kuesioner atau angket. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi daya tangkap anak dikelas diisi oleh observer, sedangkan kuesioner atau angket tentang sarapan diisi oleh orangtua. Instrumen telah melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas instrumen menggunakan metode *expert judgement*. Uji reliabilitas yang digunakan adalah menggunakan metode *test-retest*. Dikatakan reliabel ketika antara penulis dengan observer memiliki kesamaan persepsi. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* untuk pengujian hipotesis. Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini adalah  $r_{hitung}$  sebesar 0,450. Hasil tersebut lebih besar dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% yang bernilai 0,195. Di dalam penelitian ini terdapat hubungan yang positif antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Cilacap. Besarnya sumbangan efektif sarapan terhadap daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Cilacap adalah  $r^2 \times 100\%$  yaitu 20,25%.

**Kata kunci:** sarapan, daya tangkap, anak usia 4-5 tahun

#### **Abstract**

*This study aimed to determine the association between breakfast and comprehension ability of children aged 4-5 years in Kawunganten, Cilacap. Breakfast was important to study because it affects children's comprehension ability. The research approach was quantitative approach with correlational research type. The respondent was 113 children. The data were collected by observation techniques and questionnaires. The Questionnaires were about comprehension ability filled by observers and questionnaires about breakfast filled by parents. The instruments already tested with validity and reliability test. The validity was test with expert judgement. Reliability test was used test-retest method. Reliable when between authors with the observer have the same perception about the research object. The research data were analyze with product moment correlation. The result showed that the r-value of 0.450. This was higher than the r-table at a significance level of 5% that was worth 0.195. In this study, there was a positive correlation between breakfast and comprehensive ability of children aged 4-5 years old in Kawunganten, Cilacap. The effective contribution of this research was to the comprehensive ability of children aged 4-5 years in the Kawunganten, Cilacap is  $r^2 \times 100\%$  ie 20.25%.*

*Keywords: breakfast, comprehension ability, children 4-5 years old*

#### **PENDAHULUAN**

Leane yang dikutip dari Republika Online (2008: 1) seorang pakar gizi mengungkapkan bahwa sarapan sebagai makanan pertama yang kemudian diandalkan sebagai cadangan energi untuk kelangsungan aktivitas anak, juga berperan melindungi tubuh terhadap dampak negatif kondisi perut kosong selama

berjam-jam. Kosongnya lambung dapat membuat kadar gula darah dalam tubuh menurun drastis, ini mengakibatkan pasokan energi glukosa bagi otak terganggu, sehingga kemampuan kognisi melemah. Tjut Rifameutika, dikutip dari Republika Online (2008: 1) mengemukakan dampak positif sarapan terhadap perilaku belajar anak, seperti anak menjadi lebih bersemangat belajar, berkonsentrasi dan daya ingat meningkat,

keadaan emosi anak cenderung lebih baik, dan anak menjadi lebih percaya diri.

Kemampuan memusatkan diri pada satu objek merupakan salah satu keterampilan yang harus dimiliki anak agar mampu memahami sesuatu dengan baik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1998: 78), “konsentrasi adalah pemusatan perhatian, atau sama artinya dengan keadaan khusuk individu atau seseorang pada sesuatu”. Bagi anak, pemusatan perhatian atau konsentrasi ini terjadi ketika anak mengikuti pelajaran di dalam kelas. Hal ini bertujuan agar anak mampu memahami setiap pelajaran yang diberikan oleh gurunya, sehingga dalam proses belajar mengajar, kompetensi yang diharapkan dapat dikuasai anak dengan baik.

Proses belajar membutuhkan konsentrasi belajar. Tanpa konsentrasi belajar, maka peristiwa belajar itu sesungguhnya tidak ada atau tidak berlangsung (Surya, 2009: 19). Manfaat yang dapat diperoleh jika anak mampu berkonsentrasi dengan baik pada saat mengikuti proses pembelajaran di kelas adalah anak akan mudah dan cepat menguasai materi yang disajikan. Anak yang konsentrasi memiliki ciri memperhatikan guru, tidak berbicara sendiri ketika guru menjelaskan, kemudian anak mampu melakukan kegiatan dengan baik. Konsentrasi dapat dijadikan sebagai tanda ketertarikan anak mengenai pembelajaran yang dilakukan oleh guru sehingga anak yang sedang konsentrasi akan lebih mudah memahami kegiatan pembelajaran. Selain itu, konsentrasi juga mampu menambah semangat maupun motivasi anak untuk lebih terlibat dalam proses belajar mengajar. Suasana belajar yang kondusif, memudahkan anak dalam memperoleh pengalaman baru, hingga memunculkan hal-hal yang positif pada diri anak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di berbagai daerah di Indonesia, ternyata masukan kalori dan protein anak balita banyak yang masih kurang. Sama halnya dengan masukan *zinc* dan zat besi. Menurut UNICEF (dalam Masitah Matondang, 2007: 4) mengutip dari berbagai hasil penelitian, di Jawa Tengah anak TK hanya mengkonsumsi *zinc* separuh dari kebutuhan. Kondisi yang terjadi di lapangan adalah anak-anak senang sekali makan makanan yang kurang mengandung gizi seperti mie instan serta jajanan lain yang nilai gizinya rendah.

Penelitian yang relevan adalah milik Istianah, yang dilakukan pada tahun 2008. Penelitian ini berjudul “Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 20 Bekasi”. Dalam penelitian itu dihasilkan koefisien korelasi sebesar 0,417 dan  $r^2=0,1739$  yang berarti bahwa

sebesar 17,39% konsentrasi anak SMP tersebut dipengaruhi oleh sarapan dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya. Belajar di kelas memerlukan konsentrasi, bila anak ini tidak konsentrasi maka anak tersebut sulit untuk menyerap materi atau informasi yang disampaikan oleh guru, maka kemampuan daya tangkap anak tersebut akan menurun. Salah satu faktor yang menyebabkan konsentrasi ini menurun yang kemudian berdampak pula terhadap kemampuan daya tangkap anak salah satunya karena rasa lapar. Gejala seperti ini biasanya terjadi pada anak yang tidak sarapan sebelum pergi ke sekolah. Anak sekolah yang meninggalkan sarapan jelas berdampak buruk, selain menyebabkan lapar, bisa menyebabkan mengantuk.

Anak yang sarapan sebelum berangkat sekolah dan yang tidak sarapan terdapat perbedaan dalam berkonsentrasi, sehingga berpengaruh terhadap daya tangkap anak di dalam kelas. Rasa lapar akan mengakibatkan melemahnya konsentrasi sehingga berpengaruh terhadap kualitas daya tangkap seseorang. Masukan kalori dan protein pada anak balita banyak yang masih mengalami kekurangan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Cilacap, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya, untuk bahan pembelajaran bagi guru dan orangtua bahwa sarapan sebelum berangkat ke sekolah itu penting.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Purwanto (2010: 177), metode kuantitatif korelasional adalah penelitian yang melibatkan hubungan satu atau lebih variabel lain yang terjadi pada suatu kelompok. Adapun penelitian korelasional menurut Russefendi (1994: 31) adalah penelitian yang dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan atau tidak antara dua variabel atau lebih tersebut, jika ada seberapa kekuatan hubungan tersebut. Penelitian ini termasuk penelitian korelasional, karena peneliti hendak mencari hubungan di antara variabel sarapan dengan variabel daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap.

## Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

## Waktu dan Tempat Penelitian

Pengambilan data dimulai bulan Mei 2016, di Kecamatan Kawunganten, Cilacap.

## Target/Subjek Penelitian

Tabel 1. Daftar Jumlah Populasi Penelitian

No.	Nama TK	Jumlah Siswa
1.	PAUD Aisyiyah	11 anak
2.	PAUD Bustan El Firdaus	31 anak
3.	PAUD Dewi Sartika	5 anak
4.	PAUD Kartini 01	24 anak
5.	Roudlotul Athfal	19 anak
6.	PAUD Bina Siwi 2	8 anak
7.	KB Al-Barokah	15 anak
	Total	113 anak

Dalam penelitian ini, populasi sebanyak 113 anak akan ditarik menjadi sampel, yakni sebanyak 100 anak.

## Prosedur Penelitian

Langkah pertama yang dilakukan adalah observasi tempat penelitian, kemudian uji validasi di KB Dewi Sartika bersama dengan observer yang bertujuan untuk menyamakan persepsi antara peneliti dengan observer. Setelah itu, melakukan penelitian di 6 PAUD yang tersisa. Dalam penelitian ini terdiri dari dua instrumen yaitu kuesioner untuk mengukur daya tangkap anak dan sarapan. Kuesioner daya tangkap diisi oleh peneliti dan observer, sedangkan kuesioner sarapan diisi oleh orangtua responden.

## Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah utama dalam penelitian karena dalam sebuah penelitian tujuannya adalah untuk memperoleh data. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 127), teknik pengumpulan data secara garis besar meliputi teknik tes dan nontes. Teknik tes merupakan sederetan pertanyaan, latihan, atau alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, inteligensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok. Teknik nontes meliputi angket atau kuesioner (angket), wawancara, skala, observasi, dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi dan kuesioner atau angket.

Menurut Sutrisno Hadi (dalam Sugiyono, 2011: 203), observasi merupakan suatu proses

yang kompleks, tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Alasan peneliti melakukan observasi adalah karena penelitian ini berkenaan dengan perilaku manusia yaitu kemampuan anak menerima dan merespon stimulus yang diberikan oleh guru di kelas. Angket atau kuesioner merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam bentuk pengajuan pertanyaan tertulis melalui sebuah daftar yang harus dijawab oleh responden (Sambas Ali Muhidin & Maman Abdurahman, 2011: 25).

### 1. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2011: 148) menjelaskan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen merupakan alat bantu bagi peneliti di dalam yang menggunakan metode pengumpulan data. Instrumen penelitian yang diartikan sebagai alat bantu merupakan saran yang dapat diwujudkan dengan benda, misalnya daftar cocok (*check list*), pedoman wawancara, lembar pengamatan atau panduan pengamatan (*observation sheet* atau *observation schedule*), soal tes atau tes, *inventory*, skala, dan lain sebagainya (Suharsimi Arikunto, 2010: 101). Instrumen yang dipilih dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan angket. Lembar observasi ini disusun berdasarkan kepada kesimpulan definisi operasional mengenai sarapan dan daya tangkap, sedangkan angket digunakan untuk mengetahui responden yang sarapan dan tidak, diisi oleh orangtua responden.

Tabel 2. Instrumen Penelitian

No.	Aspek yang diamati	Indikator	1	2	3
1.	Kognitif	Menjawab pertanyaan dari guru dengan benar			
2.	Afektif	Antusiasme ketika mengikuti pembelajaran Memperhatikan kegiatan pembelajaran Mendengarkan penjelasan guru Memberikan respon verbal			
3.	Psikomotor	Aktif dalam melakukan kegiatan Melakukan kegiatan sesuai dengan petunjuk guru			
		Jumlah			

Tabel 3. Angket Sarapan

Nama anak :

Usia :

Alamat Sekolah :

Hari/Tanggal	Sarapan/Tidak	Menu	Porsi	Habis/Tidak
--------------	---------------	------	-------	-------------

Tabel 4. Kriteria Penilaian Sarapan

Sarapan/Tidak	Penilaian	Keterangan
1		Jika sarapan dengan menu yang tidak memenuhi zat gizi tetapi tidak habis atau tidak sarapan
2		Jika sarapan tidak memenuhi gizi yang dibutuhkan tapi habis atau sarapan dengan menu yang memenuhi gizi tetapi tidak habis
3		Jika menu sarapan sesuai dengan kebutuhan gizi dan habis

## Teknik Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian korelasi yaitu penelitian yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Cilacap. Setelah melakukan pengumpulan data, langkah selanjutnya adalah analisis data. Sugiyono (2010: 169) memaparkan bahwa kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Sebelum dianalisis dengan teknik korelasional, terlebih dahulu data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif, kemudian uji prasarat. Setelah dilakukan uji prasyarat, maka dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasional *product moment*.

### 1. Analisis Deskriptif

Teknik analisis deskriptif yang digunakan dalam penelitian ini untuk mencari perhitungan mean, median, modus, dan standar deviasi dengan bantuan SPSS 16. Kemudian dibuat penggolongan hasil yaitu golongan tinggi, sedang, dan rendah dengan rumus dari Saifuddin Azwar (2016: 149).

Tabel 5. Rumus Perhitungan Kategori

No.	Rumus	Kategori
1	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	Rendah
2	$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	Sedang
3	$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	Tinggi

### Keterangan:

 $\mu$  = Mean $\sigma$  = Deviasi Standar

### 2. Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis dengan teknik *product moment* maka dilakukan uji uji prasyarat analisis dengan menggunakan uji normalitas dan linearitas.

- a. Uji normalitas digunakan untuk memastikan apakah sebuah data hasil pengukuran dalam penelitian ini terdistribusi normal atau tidak. Jadi, data hasil pengukuran menggunakan skala interval yang akan dianalisis dengan teknik statistik harus memenuhi persyaratan normalitas (Burhan Nurgiyantoro, 2004: 253). Teknik yang digunakan untuk pengujian normalitas adalah kolmogrov-Smirnov Test (K-S) dengan bantuan program SPSS yang

digunakan untuk mengetahui apakah distribusi nilai nilai sampel yang teramati sesuai dengan distribusi teoritis tertentu. Kolmogrov-Smirnov Test ini jika memiliki nilai lebih besar dari taraf signifikansi 5% atau dapat ditulis apabila  $p > 0,05$ , maka data terdistribusi normal.

- b. Uji linearitas, digunakan untuk mengetahui apakah antara variabel bebas dengan variabel terikat memiliki hubungan linear atau tidak. Uji linieritas menggunakan bantuan program SPSS.
- c. Uji hipotesis, dilakukan jika data penelitian telah dianalisis dan telah memenuhi uji normalitas dan uji linearitas. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *product moment* dari Pearson dengan bantuan aplikasi SPSS. M. Idrus (dalam Cahyani Hayyu Utami, 2016: 78) mengatakan bahwa salah satu ukuran yang menyatakan keeratan hubungan adalah koefisien korelasi. Emzir berpendapat bahwa nilai koefisien korelasi adalah 0,00 sampai +1,00 atau 0,00 sampai -1,00. Tanda plus (+) dan minus (-) menunjukkan arah korelasi positif atau negatif. Semakin tinggi koefisien korelasi (baik positif maupun negatif), maka semakin kuat hubungan antara dua variabel. Jika koefisien korelasi sama dengan 0, berarti kedua variabel tidak memiliki hubungan. Di dalam uji hipotesis ini, peneliti menggunakan patokan hasil penghitungan korelasi dari Jhonatan Sarwono (2006: 150), yaitu sebagai berikut:

Tabel 6. Patokan Hasil Penghitungan Korelasi

No	Nilai rxy	Keterangan
1	<0.20	Hubungan dapat dianggap tidak ada
2	0.20 – 0.40	Hubungan ada tetapi rendah
3	>0.40 – 0.70	Hubungan cukup
4	>0.70 – 0.90	Hubungan tinggi
5	>0.90 – 1.00	Hubungan sangat tinggi

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Persentase anak yang sarapan dan tidak sarapan pada penelitian ini akan disajikan dalam gambar dibawah ini,



Gambar 1. Persentase Anak yang Sarapan



Gambar 2. Persentase Anak yang Tidak Sarapan

#### a. Analisis Deskriptif

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel sarapan dan variabel daya tangkap anak  
 1) Data Statistik Daya Tangkap Anak  
 Daya tangkap merupakan kemampuan anak untuk memberikan respon dari stimulus yang diberikan oleh guru, baik berupa pertanyaan, tanggapan atau aktivitas.

Tabel 7. Rumus Kategori Daya Tangkap Anak

No	Interval	Kategori
1	$X < (66,17 - 1,0. 28,2)$	Rendah
2	$(66,17 - 1,0. 28,2) \leq X < (66,17 + 1,0. 28,2)$	Sedang
3	$(66,17 + 1,0. 28,2) \leq X$	Tinggi

Setelah angket diisi, peneliti membuat distribusi skor jawaban angket, kemudian menentukan skor jawaban responden sesuai dengan ketentuan skor yang telah ditetapkan. Skor jawaban dari masing-masing responden kemudian ditabulasi dan diperoleh nilai *mean* 66,17, median 68, modus 35, nilai tertinggi 105, nilai terendah 35, sedangkan standar deviasinya sebesar 28,197.

Tabel 8. Kategori dan Persentase Tingkat Daya Tangkap Anak

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1 Rendah	$X < 37,97$	37	37
2 Sedang	$37,97 \leq X < 94,37$	38	38
3 Tinggi	$94,37 \leq X$	25	25
Total		100	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas anak di Kecamatan Kawunganten, Cilacap memiliki tingkat daya tangkap dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 38 (38%), kategori tinggi sebanyak 37 (37%), dan kategori rendah 25 (25%). Rata-rata kategori daya tangkap anak Kecamatan Kawunganten, Cilacap adalah sedang dengan skor 38%.

## 2) Data Statistik Sarapan Anak

Sarapan merupakan aktivitas makan sesuatu pada pagi hari.

Tabel 9. Rumus Kategori Kebiasaan Sarapan Anak

No	Interval	Kategori
1	$X < (8,80 - 1,0 \cdot 2,860)$	Rendah
2	$(8,80 - 1,0 \cdot 2,860) \leq X < (8,80 + 1,0 \cdot 2,860)$	Sedang
3	$(8,80 + 1,0 \cdot 2,860) \leq X$	Tinggi

Setelah angket diisi, peneliti membuat distribusi skor jawaban angket, kemudian menentukan skor jawaban responden sesuai dengan ketentuan skor yang telah ditetapkan. Skor jawaban dari masing-masing responden kemudian ditabulasi dan diperoleh nilai *mean* 8,80, median 9,0 modus 5, nilai tertinggi 15, nilai terendah 5, sedangkan standar deviasinya sebesar 2,860.

Tabel 10. Kategori dan Persentase Tingkat Kebiasaan Sarapan Anak

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1 Rendah	$X < 5,94$	25	25
2 Sedang	$5,94 \leq X < 11,66$	53	53
3 Tinggi	$11,66 \leq X$	22	22
Total		100	100

Berdasarkan Tabel dan Gambar di atas dapat diketahui bahwa mayoritas anak di Kecamatan Kawunganten, Cilacap memiliki tingkat sarapan dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 53 (53%), kategori tinggi sebanyak 25 (25%), dan kategori rendah 22 (22%). Rata-rata kategori sarapan anak Kecamatan Kawunganten, Cilacap adalah sedang dengan skor 53%.

## 2. Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan perhitungan terhadap data maka terlebih dahulu data diuji dengan uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan uji linearitas sebagai berikut:

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS menggunakan taraf signifikan 5%. Hasil dari perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini,

Tabel 11. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sign	Keterangan
1,561	0,15	Normal

Data tersebut dapat dikatakan berdistribusi normal karena signifikansi 0,15 lebih besar dari 0,05 (5%).

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat mempunyai hubungan linear atau tidak. Syarat bahwa kedua variabel dikatakan linier apabila dilakukan perhitungan menunjukkan bahwa harga  $F_{hitung} \leq F_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 5%. Dari hasil uji linearitas variabel bebas dengan variabel terikat dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS diperoleh hasil yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 12. Hasil Perhitungan Uji Linearitas

Hubungan	Fhitung	Ftabel	Sig	Kesimpulan
Sarapan dengan Daya Tangkap Anak Usia 4-5 Tahun	1,139	3,94	0,327	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 1,139, sig sebesar 0,327, dan nilai  $F_{tabel}$  sebesar 3,94, jadi dapat dikatakan bahwa hubungan variabel sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun adalah linear, karena dapat diketahui bahwa setelah dilakukan perhitungan dengan bantuan SPSS diperoleh hasil  $F_{hitung} 0,327 \leq F_{tabel} 3,94$ . Selain itu, dari Tabel tersebut juga diketahui nilai signifikan hubungan Sarapan dengan Daya Tangkap adalah 0,327.

## 3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji prasyarat untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal dan linear, maka dilakukan uji hipotesis. Pengujian

hipotesis dilakukan dengan korelasi *product moment* untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap.

Tabel 13. Hasil Korelasi *Product Moment*

Korelasi	rtabel	rhitung	Hasil
Sarapan dengan Daya Tangkap Anak Usia 4-5 Tahun	0,195	0,45	Ha diterima dan Ho ditolak

Dari Tabel 13, diketahui bahwa nilai rhitung adalah 0,45 dan nilai rtabel adalah 0,195. Tabel juga menunjukkan bahwa rhitung bertanda positif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rhitung lebih besar dari rtabel maka Ha diterima dan Ho ditolak yang artinya ada hubungan yang positif antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap. Berdasarkan patokan hasil penghitungan korelasi menurut Jhonatan Sarwono (2006: 150), hubungan antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di kecamatan Kawunganten, Cilacap termasuk dalam kategori hubungan yang cukup dengan nilai  $r_{hitung}$  sebesar 0,45.

Besarnya sumbangan sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap, bisa dicari dengan rumus Koefisien Determinasi sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD = Koefisien Determinasi

$r^2$  = nilai  $(r_{hitung})^2$

Dari perhitungan dengan menggunakan rumus di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 20,25%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya sumbangan sarapan terhadap daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap adalah 20,25%. Sementara itu sebanyak 79,75% dipengaruhi oleh faktor lain.

### Pembahasan

Dari uji hipotesis, diketahui bahwa Ha diterima dan Ho ditolak karena dari uji tersebut menunjukkan bahwa nilai korelasi lebih dari nol yaitu  $r_{hitung}$  bernilai 0,45, bertanda positif, dan lebih besar dari  $r_{tabel}$  yang bernilai 0,195. Dari angka korelasi yang lebih dari nol dan lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka diketahui bahwa ada hubungan antara kedua variabel. Tanda positif pada rhitung menunjukkan arah korelasi yang positif sehingga dapat dikatakan bahwa ada

hubungan yang positif antara sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun yang artinya bahwa jika anak melakukan sarapan sebelum berangkat ke sekolah, maka daya tangkap anakpun bagus, dan sebaliknya jika anak tidak melakukan sarapan sebelum berangkat ke sekolah maka daya tangkap anakpun menurun.

Besarnya sumbangan efektif sarapan pada daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap adalah  $r^2 \times 100\%$  adalah sebesar 20,25% sedangkan sisanya 79,75% dipengaruhi oleh faktor lain dari dalam dan luar diri anak tersebut. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa sumbangan efektif sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap sebesar 20,25% sedangkan sisanya 79,75% dipengaruhi oleh faktor lain, artinya sarapan bukan merupakan faktor mutlak yang mempengaruhi daya tangkap anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap.

Hasil perhitungan besarnya sumbangan efektif sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Pasaremi (2014: 13-16), yang membagi faktor-faktor daya tangkap menjadi dua yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri anak terdiri dari lingkungan dan pola asuh yang *permissive*. Sementara faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri anak terdiri dari kesehatan dan psikologis anak. Sarapan merupakan masuk kedalam faktor internal karena sarapan dapat berfungsi sebagai pasokan energi, tenaga untuk melakukan kegiatan, memudahkan penyerapan pembelajaran. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Departemen Kesehatan dan Gizi (2011: 11) menyatakan bahwa sarapan penting karena dengan sarapan, anak akan mendapatkan energi agar anak bisa beraktivitas dengan baik, otak dapat bekerja lebih optimal dan tidak akan cepat mengantuk. Sunita Almatsier (2005: 8) juga menjelaskan hal yang hampir sama, yaitu fungsi sarapan bagi tubuh adalah pemasok energi dan sumber tenaga untuk melakukan segala kegiatan, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan. Menurut Aminudin (dalam Istianah, 2008: 15) sarapan berfungsi untuk memelihara ketahanan tubuh agar dapat bekerja atau belajar dengan baik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran, serta membantu mencukupi zat gizi. Jadi dapat disimpulkan bahwa sarapan memiliki manfaat seperti memelihara ketahanan tubuh saat beraktivitas pada pagi hari, membantu memusatkan pikiran, meningkatkan daya ingat dan menjaga kesehatan.

Hasil penelitian hubungan sarapan dengan daya tangkap ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istianah (2008) yang berjudul “Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 20 Bekasi”. Hasil analisis data dalam penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh positif antara sarapan terhadap konsentrasi belajar siswa Di kelas VIII SMP Negeri 20 Bekasi dengan koefisien korelasi  $r=0,417$  dan  $r^2=0,1739$  yang berarti sebesar 17,39% konsentrasi siswa SMP tersebut dipengaruhi oleh sarapan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Dari hasil penelitian hubungan antara sarapan dengan daya tangkap, diketahui bahwa daya tangkap dan kesadaran anak untuk melakukan sarapan di Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap termasuk kedalam kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis deskriptif dengan bantuan SPSS. Hasil analisis deskriptif variabel daya tangkap menunjukkan bahwa terdapat 37 anak yang tingkat daya tangkap termasuk dalam kategori tinggi dan 38 anak yang tingkat daya tangkap termasuk dalam kategori sedang, sedangkan untuk daya tangkap dengan kategori rendah 25 anak. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa banyaknya anak dengan daya tangkap tinggi mencapai 37%, 38% termasuk kategori sedang dan sisanya yaitu 25% anak di Kecamatan Kawunganten, Cilacap berada dalam kategori rendah. Hasil analisis deskriptif variabel daya tangkap juga menunjukkan nilai maksimum adalah 105 dan nilai minimumnya adalah 35. Sementara itu modus atau nilai yang sering muncul adalah 35 dan mean dari variabel tersebut sebesar 66,17, artinya rata-rata daya tangkap anak TK di Kecamatan Kawunganten, Cilacap berada pada kategori sedang.

Hasil analisis deskriptif sarapan menunjukkan bahwa terdapat 22 anak yang termasuk dalam kategori tinggi, 53 anak termasuk dalam kategori sedang, sedangkan untuk kategori rendah 25. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa banyaknya anak dengan kebiasaan sarapan kategori tinggi mencapai 22%, 53% masuk kategori sedang dan sisanya yaitu 25% anak masuk kebiasaan sarapan dengan kategori rendah. Nilai maksimum variabel sarapan adalah 15 dan nilai minimumnya adalah 5. Sementara modus atau nilai yang sering muncul adalah 5 dan mean atau nilai rata-rata dari variabel sarapan sebesar 8,80, artinya rata-rata kebiasaan sarapan anak di Kecamatan Kawunganten, Cilacap berada pada kategori sedang.

Dapat disimpulkan bahwa sarapan dengan daya tangkap memiliki hubungan yang positif. Hal ini ditandai dari uji hipotesis yang telah dilakukan memperoleh hasil hubungan yang positif. Jadi, antara sarapan dengan daya tangkap saling berkaitan, ketika anak melakukan sarapan sebelum kesekolah maka daya tangkap anak ketika di dalam kelas lebih baik daripada anak yang tidak melakukan sarapan sebelum berangkat kesekolah.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara sarapan dengan daya tangkap, meski sarapan tidak menjadi faktor mutlak karena sarapan hanya mempengaruhi sebesar 20,25% sedangkan sisanya adalah dari faktor lain.

### Saran

Dengan memperhatikan kesimpulan diatas, peneliti dapat menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

#### 1. Bagi Pendidik

Diharapkan dengan adanya penelitian ini pendidik lebih memperhatikan pentingnya sarapan bagi anak didik dengan cara memberikan penyuluhan ketika parenting terhadap orangtua bahwa sarapan itu sangat penting, seminggu sekali diadakan makan pagi bersama yang disediakan oleh sekolah.

#### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya mampu mengembangkan pengetahuan tentang hubungan sarapan dengan daya tangkap anak usia 4-5 tahun agar bisa lebih diperluas lagi pengetahuannya.

#### 3. Bagi Orangtua

Diharapkan dengan adanya penelitian ini orang tua lebih memberikan kebiasaan sarapan untuk anak pada pagi hari sebelum berangkat kesekolah, agar daya tangkap anak di kelas lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Nurgiyantoro, B. (2004). *Statistika terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Utami, C. H. (2016). *Hubungan pola asuh autoritatif dengan kemandirian anak*



- taman kanak-kanak di desa banjararum kecamatan kalibawang kulon progo, Skripsi, Dipublikasikan Universitas Negeri Yogyakarta
- Departemen Kesehatan. (2011). *Lembar-informasi gizi No 2*. Diakses pada tanggal 27 November 2015 pada pukul 8.16
- Surya, H. (2009). *Menjadi manusia pembelajar*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Istianah. (2008). Pengaruh sarapan terhadap konsentrasi belajar siswa di kelas viii sekolah menengah pertama negeri 20 bekasi. *Skripsi, Dipublikasikan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*
- Sarwono, J. (2006). *Metode penelitian kuantitatif & kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (1998). Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Masitah Matondang. (2007). Status Gizi dan Pola Makan pada Anak Taman Kanak – Kanak di Yayasan Muslimat R.A Al-Ittihadiyah Medan Tahun 2007. *Skripsi Dipublikasikan FKM USU, Medan*.
- M. Ngali Purwanto. (2010). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Republika Online. (2008). *Kalau mau sehat jangan tinggalkan sarapan*. Diakses pada tanggal 26 November 2014 pada pukul 14.44.
- Russefendi. (1994). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Menara Offset.
- Sambas Ali Muhidin & Maman Abdurrahman. (2011). *Analisis korelasi, regresi dan jalur dalam penelitian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Saifuddin Azwar. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur penilaian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunita Almatsier. (2005). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia.

## **BIODATA PENULIS**

Violeta Chandra Karissa, dilahirkan di Cilacap 7 Mei 1992. Beralamat di Karang Sari, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap. Tamat Taman Kanak-kanak pada tahun 1998. Sekolah dasar (SD) diselesaikan pada tahun 2004 di SD Negeri Condongcatur. Sekolah Menengah Pertama (SMP) diselesaikan pada tahun 2007 di SMP Negeri 6 Yogyakarta. Lulus sekolah Menengah Atas pada tahun 2010 di Madrasah Aliyah (MA) Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Karya tulis yang dipublikasikan adalah "Hubungan antara Sarapan dengan Daya Tangkap Anak Usia 4-5 Tahun di Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap"