

**POLA MAKAN MENYEBABKAN PERBEDAAN  
STATUS GIZI DAN KONSENTRASI BELAJAR  
PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 1 SELEMADEG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Pendidikan Biologi**



**OLEH :  
NI LUH PUTU PITRI RAMANTI DEWI  
NIM 1613041017**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI  
JURUSAN BIOLOGI DAN PERIKANAN KELAUTAN  
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESA  
SINGARAJA**

**2020**

# SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS  
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK  
MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN**



Pembimbing I,



Dr. Desak Made Citrawathi, M. Kes.  
NIP. 19580831 198203 2 002

Pembimbing II,




Ni Putu Sri Ratna Dewi, S.Pd. M.Pd  
NIP. 19860307 201504 2 001

Skripsi oleh Ni Luh'Putu Pitri Ramanti Dewi  
Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal, 21 Juli 2020


Dewan Penguji,

  
Dr. Desak Made Citrawathi, M.Kes.  
NIP 19580831 198203 2 002

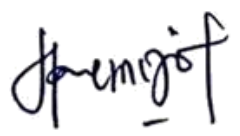
Ketua

  
Ni Putu Sri Ratna Dewi, S.Pd. M.Pd.  
NIP 19860307 201504 2 001

Anggota

  
Prof. Dr. I Made Sutajaya, M.Kes.  
NIP 19681217 199303 1 003

Anggota

  
Dr. Ir. Ketut Srie Marhaeni Julyasih, M.Si.  
NIP 19630703 199003 2 001

Anggota

## LEMBAR PENGESAHAN

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam  
Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja  
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana  
Pendidikan

Pada

Hari : Senin  
Tanggal : 27 Juli 2020

Menyetujui,

Ketua Ujian, Sekretaris Ujian,



Dr. I Wayan Sukra Warpala, S.Pd., M.Sc      Ni Putu Sri Ratna Dewi, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19671013 199403 1 001      NIP. 198603072015042001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam



UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM  
DEKAN

Prof. Dr. I Nengah Suparta, M.Si  
NIP. 19657011 199003 1 003

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Pola Makan Menyebabkan Perbedaan Status Gizi dan Konsentrasi Belajar di SMP Negeri 1 Selemadeg" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian ditemukan adanya pelanggaran atau etika keilmuan dalam skripsi ini atau ada klaim terhadap keaslian skripsi ini.

Singaraja,

Yang membuat pernyataan,



Ni Luh Putu Pitri Ramanti Dewi

## PRAKATA

Dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Pola Makan Menyebabkan Perbedaan Status Gizi dan Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SMP Negeri 1 Selemadeg”. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Pendidikan Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis selalu mendapatkan bimbingan, dorongan, serta semangat dari banyak pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada.

1. Dekan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja atas motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sesuai dengan harapan.
2. Ketua Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan, Universitas Pendidikan Ganesha atas motivasi yang diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Koordinator Program Studi Pendidikan Biologi, Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan, Universitas Pendidikan Ganesha atas motivasi yang diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Desak Made Citrawathi, M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ni Putu Sri Ratna Dewi, S.Pd. M.Pd., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Putu Budi Adnyana, M. Si., selaku Pembimbing Akademik atas segala bentuk bimbingan dan arahan akademiknya sejak awal melakukan kegiatan perkuliahan di Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan, Program Studi Pendidikan Biologi.
7. Prof. Dr. I Made Sutajaya, M.Kes. selaku dewan penguji atas segala bentuk masukan konstruktif yang diberikan untuk perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.
8. Dr. Ir. Ketut Srie Marhaeni Julyasih, M.Si. selaku dewan penguji atas segala bentuk masukan konstruktif yang diberikan untuk perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.
9. Bapak/Ibu Staf Dosen dan Laboran di Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan atas motivasi yang diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Kedua Orang Tua (penulis) dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan semangat, doa, sumbangan finansial dan dukungan moral selama penulis menjalankan studi di Universitas Pendidikan Ganesha.
11. Rekan-rekan *Alstonia scholaris* yang telah banyak memberikan saran, masukan bantuan dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini yang penulis tidak bisa sebutkan satu persatu.
12. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi dan Perikanan Kelautan lainnya yang telah bersedia memberikan bantuan dalam pelaksanaan penelitian serta penyusunan skripsi ini.

13. Pihak-pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang juga telah memberikan bantuan dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, dan banyak kekurangan baik dalam metode penulisan maupun dalam pembahasan materi. Hal tersebut dikarenakan keterbatasan kemampuan penulis. Sehingga penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan semoga informasi yang terkandung dalam skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.





## DAFTAR ISI

	Halaman
PRAKATA.....	i
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
2.1 Deskripsi Teoritis.....	9
2.1.1 Pola Makan.....	9
2.1.2 Status Gizi.....	16
2.1.3 Konsentrasi Belajar.....	20
2.1.4 Hubungan Pola Makan, Status Gizi dan Konsentrasi Belajar.....	24
2.1.5 Kondisi Lingkungan Belajar.....	26
2.1.6 Deskripsi SMP Negeri 1 Selemadeg.....	28
2.2 Kajian Penelitian yang Relevan.....	30
2.3 Kerangka Berpikir.....	32
2.4 Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
3.2 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	35
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
3.3.1 Populasi Target.....	36
3.3.2 Populasi Terjangkau.....	36
3.3.3 Kriteria Sampel.....	36

3.3.4 Besar Sampel .....	37
3.3.5 Teknik Pemilihan Sampel .....	38
3.4 Variabel Penelitian .....	39
3.4.1 Klasifikasi Variabel .....	39
3.4.2 Definisi Oprasional Variabel .....	39
3.5 Instrumen Penelitian.....	41
3.6 Prosedur Pengumpulan Data .....	42
3.6.1 Tahap Persiapan .....	42
3.6.2 Tahap Pelaksanaan .....	42
3.7 Teknik Analisis Data.....	43
3.7.1 Uji Deskriptif .....	43
3.7.2 Uji Statistik .....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	46
4.1 Hasil Penelitian .....	46
4.1.1 Deskriptif Data .....	46
4.1.2 Pengujian Asumsi .....	49
4.1.3 Hasil Pengujian Hipotesis .....	49
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	50
4.2.1 Kondisi Subjek.....	50
4.2.2 Kondisi Lingkungan Peserta Didik .....	51
4.2.3 Pola Makan Peserta Didik di SMP Negeri 1 Selemadeg .....	53
4.2.4 Pola Makan Menyebabkan Perbedaan Status Gizi .....	56
4.2.5 Pola Makan Menyebabkan Perbedaan Konsentrasi Belajar .....	58
4.2.6 Implikasi .....	62
BAB V PENUTUP.....	63
5.1 Simpulan .....	63
5.2 Saran.....	63
DAFTAR RUJUKAN .....	65
LAMPIRAN.....	70
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	101
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	102

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Batas Ambang IMT untuk Indonesia .....	20
Tabel 3.1 Perhitungan Jumlah Sampel.....	38
Tabel 4.1 Hasil Analisis Data Kondisi Subjek.....	46
Tabel 4.2 Hasil Analisis Data Kondisi Lingkungan Ruang Kelas Peserta Didik ..	46
Tabel 4.3 Hasil Analisis Pola Makan Peserta Didik .....	47
Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif Status Gizi (IMT) dan Konsentrasi Belajar Peserta Didik .....	48
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas Data Status Gizi (IMT) dan Konsentrasi Belajar Peserta Didik .....	49
Tabel 4.6 Hasil Uji Hipotesis terhadap Status Gizi (IMT) dan Konsentrasi Belajar Peserta Didik .....	50



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 3.1 Bagan Rancangan Penelitian.....	35
Gambar 3.2 Bagan Hubungan antar Variabel.....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 01 Form Identitas Subjek dan Kuisisioner Pola Makan.....	71
Lampiran 02 Lembar Wawancara Pola Makan.....	73
Lampiran 03. Daftar Kalori Bahan Makanan, Makanan Olahan dan Makanan Serta Minuman dalam Kemasan .....	77
Lampiran 04. Kuisisioner Konsentrasi Belajar .....	82
Lampiran 05. Tabel Angka Kecukupan Gizi .....	83
Lampiran 06. Data Karakteristik Subjek.....	84
Lampiran 07. Data Kondisi Lingkungan Ruang Kelas .....	85
Lampiran 08. Data Kalori Peserta Didik.....	87
Lampiran 09. Data Status Gizi (IMT) Peserta Didik .....	89
Lampiran 10. Data Konsentrasi Peserta Didik.....	90
Lampiran 11. Hasil Analisis Data .....	91
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	98
Lampiran 13. Surat Keterangan Melakukan Penelitian .....	100

