

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek lain (Hatch dan Farhady, 1981). Variabel juga dapat merupakan atribut dari bidang keilmuan atau kegiatan tertentu. (Sugiyono, 2023)

1. Variabel Independen

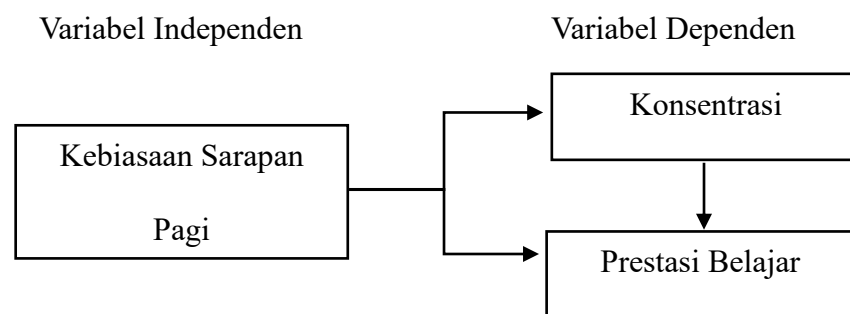
Variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). (Sugiyono, 2023). Variabel independen penelitian ini adalah “kebiasaan sarapan pagi”.

2. Variabel Dependen

Variabel ini sering disebut variabel output, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. (Sugiyono, 2023). Variabel dependen penelitian ini adalah “konsentrasi dan prestasi belajar”.

B. Kerangka Konsep

Agar memperoleh gambaran secara jelas ke arah mana penelitian itu berjalan , atau data apa yang dikumpulkan, perlu dirumuskan kerangka konsep penelitian. Kerangka konsep penelitian pada hakikatnya adalah suatu uraian dan visualisasi konsep-konsep serta variabel-variabel yang akan diukur (diteliti). (Notoatmodjo, 2010)



Gambar 3. 1. Kerangka Konsep

C. Hipotesis

Perumusan hipotesis penelitian merupakan langkah ketiga dalam penelitian, setelah peneliti mengemukakan landasan teori dan kerangka berpikir. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hipotesis Alternative (Ha1)

Ada Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Dan Prestasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

Hipotesis nol (Ho1)

Tidak Ada Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

2. Hipotesis Alternative (Ha2)

Ada Hubungan Antara Konsentrasi Belajar Dengan Prestasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

Hipotesis nol (Ho2)

Tidak Ada Hubungan Antara Konsentrasi Belajar Dengan Dan Prestasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

3. Hipotesis Alternative (Ha3)

Ada Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

Hipotesis nol (Ho3)

Tidak Ada Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Dan Prestasi Belajar Anak Sd N 1 Ngabenrejo Kelas IV Dan V Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.

D. Jenis, Desain dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian, yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Definisi lain menyebutkan penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menuntut penggunaan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran, terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. (Dr. Sandu Siyoto, 2015). Menurut (Sugiyono, 2023), Metode Penelitian kuantitatif dinamakan juga sebagai metode tradisional, karena metode ini

sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode penelitian. Metode ini disebut sebagai metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific* karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini juga disebut metode discovery, karena dengan metode ini dapat ditemukan dan dikembangkan berbagai iptek baru. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan survei *Cross Sectional*, ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Artinya, tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan. (Notoatmodjo, 2010). Dimana variabel Independen (Sarapan Pagi) dan variabel Dependen (konsentrasi dan prestasi belajar) diteliti dalam waktu bersamaan.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua) populasi dalam penelitian adalah subjek (misalnya manusia; klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Agar memperoleh sampel yang

representatif diperlukan pembatasan dalam menentukan populasi yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. (Notoatmodjo, 2010). Kriteria Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang bersedia menjadi responden, siswa yang mampu mengisi kuesioner dengan baik, siswa yang hadir di sekolah pada saat penelitian dilakukan. Dari kriteria yang telah ditentukan didapatkan populasi seluruh siswa kelas IV dan V SD N 1 Ngabenrejo Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan, dengan jumlah seluruh siswa kelas IV dan V sebanyak 34 siswa, dari siswa kelas IV 22 siswa, siswa kelas V 12 siswa.

2. Sampel

Menurut (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua)sampel terdiri atas bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sementara sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode Non Probability Sampling jenis *Sampling Jenuh* (Total Sampling). *Sampling Jenuh* adalah teknik penentuan sampling bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. (Notoatmodjo, 2010). Menurut (Sugiyono, 2023), dalam metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional, minimal jumlah responden adalah 30 orang. Rekomendasi ini berlaku untuk sampel yang

memadai dalam studi korelasional atau deskriptif, meskipun ukuran sampel ideal sering disesuaikan dengan rumus seperti Slovin atau Lemeshow berdasarkan populasi dan tingkat kepercayaan. Dalam praktik, peneliti kerap menambah sampel untuk mengantisipasi dropout agar hasil lebih representatif. Dikarenakan jumlah populasi yang relatif kecil, yaitu 34 siswa, maka seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian.

Pada penelitian ini peneliti mengambil semua siswa kelas IV dan siswa kelas V SD N 1 Ngabenrejo Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan, dengan jumlah seluruh siswa kelas IV dan V sebanyak 34 siswa, dari siswa kelas IV 22 siswa, siswa kelas V 12 siswa, sesuai kriteria yang telah ditentukan. Dalam penelitian keperawatan, menurut (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua) penentuan kriteria sampel sangat membantu peneliti untuk mengurangi bias hasil penelitian, khususnya jika terhadap variabel-variabel yang kita teliti. Kriteria sampel dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu: inklusi dan eksklusi (Nursalam, 2008).

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Anak kelas 4 dan 5 SD N 1 Ngabenrejo yang masuk sekolah pada waktu pengambilan data
- 2) Anak yang bersedia menjadi responden
- 3) Anak yang dapat mengisi kuesioner dengan baik

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah:

- 1) Anak yang ijin pada waktu pengambilan data.
- 2) Anak yang tidak bersedia menjadi responden
- 3) Anak yang tidak dapat mengisi kuesioner dengan baik

F. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD N 1 Ngabenrejo Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan, untuk waktu penelitian dilakukan pada hari Kamis, 18 Juni 2026.

G. Definisi Operasionl

Tabel 3. 1. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Independem Kebiasaan Sarapan Pagi	Sarapan pagi adalah konsumsi makanan utama pada pagi hari (06.00-10.00) Sarapan yang baik mengandung zat gizi seimbang dan berfungsi mendukung aktivitas.	Kuesioner (10 item : 5 positif, 5 negatif) dengan skala likert 4 poin Positif : Selalu (4), Sering (3),Kadang-kadang (2),Tidak pernah (1) Negatif: Selalu (1), Sering (2), Kadang-kadang (3), Tidak pernah (4)	$\geq 32,584$ (Baik) 23,656– 32,584 (Cukup) $\leq 23,656$ (Kurang)	Ordinal
Dpenden Konsentrasi Belajar	Konsentrasi merupakan kunci bagi anak sekolah untuk mengingat , mencatat,	Kuesioner (10 item : 5 positif, 5 negatif) dengan skala likert 4 poin	$\geq 34,32$ (Tinggi) 24,98 – 34,32(Sedang) $\leq 24,98$ (Rendah)	Ordinal

	dan memahami dalam belajar.	Positif : Selalu (4), Sering (3),Kadang-kadang (2),Tidak pernah (1) Negatif: Selalu (1), Sering (2),Kadang-kadang (3),Tidak pernah (4)		
Dependen Prestasi Belajar	Prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai siswa setelah melalui proses.	Lembar Dokumentasi total nilai rapor	$\geq 723,603$ (Tinggi) 661,157- 723,603(Sedang) $\leq 661,157$ (Rendah)	Ordinal

H. Metode Pengumpulan Data

1. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Burns dan Grove, 1999); (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua). Metode penelitian pengumpulan data dalam penelitian ini adalah :

a. Pengumpulan Data Primer

Menurut (Sujarweni, 2014) data primer adalah data yang diperoleh dari responden melalui kuesioner, kelompok fokus, dan panel, atau juga data hasil wawancara peneliti dengan narasumber. Data yang diperoleh data primer ini harus dialog lagi. Sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data primer dari penelitian ini adalah kuesioner.

b. Pengumpulan Data Sekunder

Menurut (Sujarweni, 2014) data sekunder adalah data yang didapat dari catatan, buku, majalah, artikel dan lain sebagainya. Data yang diperoleh dari data sekunder ini tidak perlu diolah lagi. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari mencari literature kepustakaan baik dengan buku, artikel, maupun dengan jurnal di internet.

2. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Membuat surat persetujuan dengan tanda tangan kepada Pembimbing I dan Pembimbing II untuk meminta ijin mengambil data awal penelitian kepada Ketua Program Studi S1 Keperawatan An Nuur Purwodadi.
- b. Peneliti mengajukan ijin kepada UPTD Pendidikan Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan dan Kepala Sekolah SD Negeri 1 Ngabenrejo Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan.
- c. Setelah mendapatkan ijin, peneliti melakukan pendekatan kepada responden dengan perkenalan, menjelaskan tujuan, manfaat dan peran serta responden dalam penelitian.
- d. Menjelaskan prosedur penelitian kepada calon responden.
- e. Mengidentifikasi responden berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.
- f. Memberikan lembar persetujuan menjadi responden (*inform consent*) kepada responden.
- g. Peneliti memberikan penyuluhan/ pendidikan kesehatan kepada siswa di kelas, setelah itu pada jam istirahat peneliti meminta siswa mengisi lembar kuesioner yang sebelumnya siswa telah diberikan arahan cara mengisi kuesioner.

- h. Peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- i. Peneliti menganalisis nilai rapot tengah semester siswa

3. Asisten Penelitian

Asisten penelitian ini dimaksudkan untuk membantu peneliti dalam proses penelitian membagikan lembar kuesioner, menjelaskan langkah-langkah cara pengisian kuesioner, dan membantu responden yang kesulitan dalam mengisi kuesioner. Asisten yang dipilih adalah mahasiswa keperawatan, jumlah asisten penelitian yang digunakan adalah sejumlah 4 orang dengan kualitas control sebagai berikut:

- a. Mahasiswa keperawatan.
- b. Mau dan mampu menjadi asisten.
- c. Sebelum pelaksanaan penelitian dilakukan persamaan persepsi yang mengacu pada SOP.
- d. Mengevaluasi secara bersama dan melaksanakan penelitian dengan sungguh-sungguh.

I. Instrumen / Alat Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian ini dapat berupa: kuesioner (daftar pertanyaan), formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya. (Notoatmodjo, 2010)

Bagian ini, penulis menekankan pada prinsip-prinsip penyusunan instrumen dan jeni-jenis instrumen yang sering dipergunakan pada penelitian ilmu keperawatan. Dua karakteristik alat ukur yang harus diperhatikan peneliti adalah validitas dan reliabilitas. Validitas (kesahihan) menyatakan apa yang seharusnya diukur. Sementara reliabilitas (keandalan) adalah adanya suatu kesamaan hasil apabila pengukuran dilaksanakan oleh orang yang berbeda ataupun waktu yang berbeda (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua). Dalam instrumen penelitian ini menggunakan :

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrument. Suatu instrument yang valid mempunyai validitas tinggi. Sebuah instrument dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. (Notoatmodjo, 2010).

Munurut (Sugiyono, 2023) untuk mengetahui nilai validitas kuesioner harus dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 5%, bila nilai r hitung $\geq$ nilai r tabel maka pertanyaan tersebut valid. Sedangkan apabila nilai r hitung $\leq$ nilai r tabel, maka pertanyaan tersebut tidak valid. Uji validitas dilakukan di SD N 3 Ngabenrejo Kec. Grobogan Kab. Grobogan, sebanyak 20 siswa dari 10 siswa kelas 4 dan 10 siswa kelas 5. Uji validitas menggunakan korelasi Product Moment

dengan bantuan IBM SPSS Statistic, dengan kriteria dikatakan valid jika $p\text{-value} \leq 0,05$,tidak valid jika $p\text{-value} \geq 0,05$.

**Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas
Kuesioner Kebiasaan Sarapan Pagi**

Soal	R tabel	R hitung	Keputusan
1	0,4438	0,874192	Valid
2	0,4438	0,645549	Valid
3	0,4438	0,772781	Valid
4	0,4438	0,568786	Valid
5	0,4438	0,724301	Valid
6	0,4438	0,564028	Valid
7	0,4438	0,509338	Valid
8	0,4438	0,74353	Valid
9	0,4438	0,857109	Valid
10	0,4438	0,587836	Valid

**Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Kuesioner
Konsentrasi Belajar**

Soal	R tabel	R hitung	Keputusan
1	0,4438	0,536103	Valid
2	0,4438	0,761958	Valid
3	0,4438	0,59176	Valid
4	0,4438	0,687927	Valid
5	0,4438	0,449639	Valid
6	0,4438	0,643628	Valid
7	0,4438	0,466516	Valid
8	0,4438	0,706063	Valid
9	0,4438	0,527947	Valid
10	0,4438	0,550015	Valid

2. Uji Reliabilitas

Menurut (Sugiyono, 2023), uji reliabilitas instrumen penelitian menggunakan *Alpha Cronbach's* mengukur konsistensi antar item

dalam kuesioner atau angket. Nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,6$ menunjukkan instrumen reliabel dan data dapat dipercaya, sedangkan $\leq 0,6$ berarti tidak reliabel.

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Dengan kriteria instrumen reliabel jika *Alpha* $\geq 0,6$.

Reliability Statistics Var1	
Cronbach's Alpha	N of Items
,867	10

Reliability Statistics Var2	
Cronbach's Alpha	N of Items
,778	10

Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keputusan
1	Kebiasaan Sarapan Pagi	0,867	Reliabel
2	Konsentrasi Belajar	0,778	Reliabel

3. Jenis Instrument

Jenis instrumen penelitian yang dapat dipergunakan pada ilmu keperawatan dapat diklasifikasikan menjadi lima bagian, yang meliputi pengukuran (1) biofisiologis; (2) observasi; (3) wawancara, (4) kuesioner, dan (5) skala (Nursalam, 2008); (Dr. Nursalam, 2017-cetakan kedua). Pada penyusunan instrumen penelitian, di tahap awal

perlu dituliskan data-data tentang karakteristik responden: umur, jenis kelamin, kelas, dan pekerjaan orang tua. Meskipun data tersebut tidak dianalisis, tetapi akan sangat membantu peneliti jika sewaktu-waktu dibutuhkan daripada harus kembali mencari responden lagi.

Jenis instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner (angket), dokumentasi untuk memperoleh data prestasi belajar siswa berupa; nilai total rapor semester terakhir siswa di kelas, dan juga wawancara kepada beberapa siswa untuk memperkuat hasil penelitian. Pada jenis pengukuran ini, peneliti mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis. Pertanyaan yang diajukan dapat juga dibedakan menjadi pertanyaan terstruktur, peneliti hanya menjawab sesuai dengan pedoman yang sudah ditetapkan dan tidak terstruktur, yaitu subjek menjawab secara bebas tentang sejumlah pertanyaan yang diajukan secara terbuka oleh peneliti. Kuesioner digunakan untuk mengukur ada tidaknya hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak sekolah dasar. Kuesioner disusun berdasarkan indikator kebiasaan sarapan pagi, nutrisi yang di dapat di dalam sarapan pagi, dan konsentrasi siswa dalam mengikuti pelajaran.

Kuesioner (angket) diberikan kepada responden yaitu siswa kelas VI dan V SD untuk mengukur kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar. Kuesioner ini menggunakan skala likert 4 poin, yaitu :

Tabel 3. 5. Skoring Pertanyaan Kuesioner

Skor	Kategori
4	Selalu
3	Sering
2	Kadang-kadang
1	Tidak Pernah

Keterangan :

- a. Cara Menentukan Skoring Pertanyaan
 - 1) Untuk pertanyaan positif skoring : Selalu (4), Sering (3), Kadang-Kadang (2), Tidak Pernah (1)
 - 2) Untuk pertanyaan negatif skoring dibalik: Selalu (1), Sering (2), Kadang-kadang(3), Tidak Pernah (4)
- b. Total Skor
 - 1) Skor Minimum : 10
 - 2) Skor Maksimum : 40

Tabel 3. 6. Kategori Penilaian Kebiasaan Sarapan Pagi

Skor	Kategori
$\geq 32,584$	Baik
$23,656 - 32,584$	Cukup
$\leq 23,656$	Kurang

Tabel 3. 7. Kategori Penilaian Konsentrasi Belajar

Skor	Kategori
$\geq 34,32$	Tinggi
$24,98 - 34,32$	Sedang
$\leq 24,98$	Rendah

Keterangan :

Pengkategorian penilaian kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar dihitung menggunakan rumus Standar Deviation.

(Modeler, Mean/Standard Deviation, 2025) Menghitung frekuensi skor total kuesioner kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar dibantu dengan IBM SPSS Statistic, pengkategori dihitung dengan rumus standar deviation dengan 3 kategori

Rumus :

Untuk batas bawah : $(\text{Mean} - \text{Std})$

Untuk batas bawah : $(\text{Mean} + \text{Std})$

a. Kategori Kebiasaan Sarapan Pagi

Frekuensi Skor Total Kebiasaan Sarapan Pagi untuk menentukan Mean dan Std. Deviation dihitung dengan IBM SPSS Statistics didapatkan hasil :

Mean : 28,12

Std. Deviation : 4,464

Rumus Standar Deviation

Untuk batas bawah :

$\text{Mean} - \text{Std}$

$28,12 - 4,464 = 23,656$

Untuk batas bawah :

$\text{Mean} + \text{Std}$

$28,12 + 4,464 = 32,584$

Kategori :

Baik : $\geq 32,584$

Cukup : $23,656 - 32,584$

Kurang : $\leq 23,656$

b. Kategori Konsentrasi Belajar

Frekuensi Skor Total Konsentrasi Belajar untuk menentukan Mean dan Std. Deviation dihitung dengan IBM SPSS Statistics didapatkan hasil :

Mean : 29,65

Std. Deviation : 4,670

Rumus Standar Deviation

Untuk batas bawah :

Mean – Std

$29,65 - 4,670 = 24,98$

Untuk batas bawah :

Mean + Std

$29,65 + 4,670 = 34,32$

Kategori :

Tinggi : $\geq 34,32$

Sedang : $24,98 - 34,32$

Rendah : $\leq 24,98$

Tabel 3. 8. Kisi-Kisi Kuesioner Kebiasaan Sarapan Pagi

Variabel Skala	Indikator	No.Item	Positif	Jumlah item
Kebiasaan Sarapan Pagi	Frekuensi sarapan sebelum berangkat Sekolah	1,2	Positif	Ordinal
	Kebiasaan sarapan Setiap hari	3	Positif	Ordinal
	Kecukupan makanan Saat sarapan	4	Positif	Ordinal
	Dampak sarapan terhadap energi tubuh	5,6	Positif	Ordinal
	Kebiasaan jika tidak Sarapan pagi	7,8	positif	Ordinal
	Prepepsi terhadap Sarapan pagi	9	Negatif	Ordinal

	Pola makan pagi Sarapan pagi	10	Negatif	Ordinal
Total		1-10		

Tabel 3. 9. Kisi-Kisi Kuesioner Konsentrasi Belajar

Variabel	Indikator	No.Item	Jumlah item	Skala
Konsentrasi Belajar	Perhatian terhadap guru	1,2	Positif	Ordinal
	Fokus saat belajar	3,4	Positif	Ordinal
	Pemahaman materi Pelajaran	5	Positif	Ordinal
	Ketahanan Konsentrasi	6	Positif	Ordinal
	Penyelesaian Tugas tepat waktu	7	Positif	Ordinal
	Gangguan saat belajar	8	Positif	Ordinal
	Kesulitan Fokus	9	Negatif	Ordinal
	Kebosanan belajar	10	Negatif	Ordinal
	Total	1-10		

Jumlah pertanyaan dalam kuesioner adalah 20 item, terdiri dari ; (10 item kebiasaan sarapan pagi (8 soal positif, 2 soal negatif), 10 item konsentrasi belajar (8 soal positif, 2 soal negatif)). Karena data dikategorikan, maka skala data yang digunakan adalah ordinal. Instrumen ini terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 20 responden sebelum digunakan dalam penelitian utama. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar dengan menggunakan skala ordinal.

Alat penelitian meliputi materi dalam bentuk kuesioner, yaitu menggunakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada objek penelitian sebagai responden

memberi informasi yang diperlukan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Data prestasi belajar diperoleh melalui lembar dokumentasi nilai rapor siswa.

Tabel 3. 10. Lembar Dokumentasi Prestasi Belajar

No	Kode Responden	Kelas	Nilai Total Rapor	Kategori Prestasi Belajar
1	R1	IV		
2	R2	IV		
3	R3	IV		
....				
34	R34	V		

Tabel 3. 11. Kategori Prestasi Belajar

Nilai Rata-rata	Kategori
$\geq 723,603$	Tinggi
661,157-723,603	Sedang
$\leq 661,157$	Rendah

Prestasi belajar diukur menggunakan dokumentasi nilai rata-rata raport siswa, Pengkategorian Prestasi Belajar dihitung menggunakan rumus Standar Deviation menghitung frekuensi nilai total rapor, dibantu dengan IBM SPSS Statistic, pengkategorian dihitung dengan rumus standar deviation dengan 3 kategori

Rumus :

Untuk batas bawah : $(\text{Mean} - \text{Std})$

Untuk batas bawah : $(\text{Mean} + \text{Std})$

a. Kategori Prestasi Belajar

Frekuensi nilai total rapor siswa untuk menentukan Mean dan Std. Deviation dihitung dengan IBM SPSS Statistics didapatkan hasil :

Mean : 692,38

Std. Deviation : 31,223

Rumus Standar Deviation

Untuk batas bawah :

Mean – Std

$$692,38 - 31,223 = 661,157$$

Untuk batas bawah :

Mean + Std

$$692,38 + 31,223 = 723,603$$

Kategori :

Tinggi : $\geq 723,603$

Sedang : $661,157 - 723,603$

Rendah : $\leq 661,157$

J. Rencana Analisa Data

Dalam bagian ini harus diuraikan rencana yang akan dilakukan untuk mengolah dan menganalisis data. Dijelaskan proses pengolahan datanya dari editing, coding, dan sebagainya sampai dengan "data entri" (apabila pengolahan dilakukan dengan komputer). Di sini juga dijelaskan bagaimana data itu akan diolah, dengan manual atau dengan menggunakan bantuan komputer. Selanjutnya diuraikan rencana yang akan dilakukan untuk menganalisis data, serta uji statistik yang akan digunakan termasuk program komputer untuk uji statistik tersebut. (Notoatmodjo, 2010)

1. Pengolahan Data

Pengolahan data ini setelah seluruh data dari 34 responden terkumpul, peneliti melakukan proses pengolahan data secara sistematis agar data

yang diperoleh siap untuk dianalisis, dalam penelitian ini menggunakan tahapan sebagai berikut:

a. Editing (Pemeriksaan Data)

Tahap Editing merupakan tahap awal pengolahan data yang dilakukan untuk mengoreksi atau memeriksa kembali data-data yang sudah terkumpul meliputi kelengkapan data, kejelasan data, dan kesesuaian data sehingga data yang diperoleh tidak error. Dengan memeriksa kembali seluruh kuesioner yang telah diisi oleh responden. Pada tahap ini, peneliti mengevaluasi kelengkapan identitas responden, kelengkapan jawaban pada 10 butir kuesioner kebiasaan sarapan pagi dan 10 butir kuesioner konsentrasi belajar, serta memastikan tidak terdapat jawaban yang kosong, tidak jelas, atau pengisian ganda. Selain itu, peneliti juga melakukan pengecekan terhadap data prestasi belajar yang diperoleh dari nilai rapor siswa. Kuesioner yang telah memenuhi persyaratan selanjutnya diproses pada tahap pengolahan data berikutnya.

b. Coding (Pemberian Kode)

Coding merupakan tahap pengolahan data yang dilakukan untuk memberikan kode berupa angka pada setiap variabel, kategori, dan jawaban responden untuk mempermudah proses entri, pengolahan, dan analisis data menggunakan IBM SPSS Statistic. Pengkodean dilakukan dengan cara berikut :

1) Jenis Kelamin

Laki-laki = 1

Perempuan = 2

2) Umur

9 tahun = 1

10 tahun = 2

11 tahun = 3

3) Kelas

Kelas IV = 1

Kelas V = 2

4) Skoring penilaian kuesioner kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar

Penilaian menggunakan skala Likert 4 poin, yaitu:

Selalu = 4

Sering = 3

Kadang-kadang = 2

Tidak Pernah = 1

Untuk pernyataan negatif, pemberian skor dilakukan secara terbalik (reverse scoring), yaitu:

Selalu = 1

Sering = 2

Kadang-kadang = 3

Tidak Pernah = 4

5) Kategori Kebiasaan Sarapan Pagi

Baik = 1

Cukup = 2

Kurang = 3

6) Kategori Konsentrasi Belajar

Tinggi = 1

Sedang = 2

Rendah = 3

7) Kategori Prestasi Belajar

Tinggi = 1

Sedang = 2

Rendah = 3

Seluruh data yang telah diberikan kode kemudian akan dimasukan ke dalam program SPSS untuk melakukan proses pengolahan data dan analisis sesuai dengan tujuan penelitian.

c. Tabulating (Penyusunan Data)

Tahap tabulating dilakukan setelah proses coding selesai dilakukan, untuk memindahkan data- data hasil penelitian ke dalam lembaran tabel kerja sesuai kriteria guna mempermudah pembacaan. Setelah itu seluruh data disusun ke dalam tabel sesuai dengan masing-masing variabel penelitian. Data karakteristik responden, skor kebiasaan sarapan pagi, skor konsentrasi belajar, serta nilai prestasi belajar dikelompokkan berdasarkan kategori yang telah ditetapkan. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk

tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk analisis univariat, kemudian disusun kembali sebagai dasar pelaksanaan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rho.

d. Entry Data

Entry data adalah kegiatan yang dilakukan setelah melalui tahapan editing, coding, dan tabulating kemudian dimasukkan (entry) ke dalam program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 24. Proses entri dilakukan dengan memasukkan seluruh data responden sesuai dengan variabel penelitian, meliputi karakteristik responden, skor kebiasaan sarapan pagi, skor konsentrasi belajar, dan kategori prestasi belajar, sehingga data siap untuk dianalisis.

e. Cleaning

Cleaning data merupakan tahap akhir dalam pengolahan data untuk memastikan bahwa data yang telah dimasukkan sesuai dengan sebenarnya, dan bertujuan untuk memastikan keakuratan data yang telah diinput ke dalam SPSS. Pada tahap ini, peneliti memeriksa kembali kesesuaian data pada kuesioner dengan data yang telah dimasukkan ke dalam program, serta memastikan tidak terdapat kesalahan pengkodean, data ganda, data yang hilang (missing value), maupun kesalahan saat proses entri data. Setelah seluruh data dinyatakan lengkap, benar, dan konsisten, data

selanjutnya dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji korelasi Spearman Rho.

2. Analisa Data

Teknik analisa data digunakan untuk pengujian hipotesis atau menjawab rumusan masalah peneliti. Pada tahap ini data diolah dengan metode tertentu kuantitatif melalui proses komputerisasi. Metode analisa data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

a. Analisa Univariat

Analisa *univariat* bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini variabel yang akan dilakukan analisis *univariat* dalam penelitian ini adalah variabel independen (kebiasaan sarapan pagi), dan variabel dependen (konsentrasi, dan prestasi belajar).

b. Analisa Bivariat

Analisis *bivariat* merupakan uji penelitian yang dilakukan terhadap dua jenis variabel yang berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini analisa *bivariat* dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen (kebiasaan sarapan pagi) dan variabel dependen (konsentrasi, dan prestasi belajar). Dalam penelitian ini terdapat dua analisis hubungan, yaitu :

- 1) Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar
Ordinal x Ordinal, uji yang digunakan *Sperman Rho*

- 2) Hubungan konsentrasi belajar dengan prestasi belajar Ordinal x Ordinal, uji yang digunakan *Spearman Rho*
- 3) Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar Ordinal x Ordinal, uji yang digunakan *Spearman Rho*

Menurut (Sugiyono, 2023) uji *Spearman Rho* (atau *rank Spearman*) adalah teknik korelasi *non-parametrik* untuk hubungan antara dua variabel berskala ordinal atau data interval/rasio yang tidak normal. Dalam penelitian ini terdapat variabel ordinal (kebiasaan sarapan pagi dan konsentrasi belajar), dan variabel Ordinal (prestasi belajar), maka *Spearman Rho* lebih sesuai digunakan dalam penelitian ini,

Spearman Rho merupakan uji korelasi yang mengukur kekuatan dan arah hubungan (association) antara dua variabel yang berskala ordinal atau data berperingkat. Pada analisis korelasi tidak terdapat perbedaan yang ketat antara variabel independen dan dependen sebagaimana pada analisis regresi. Yang artinya, *Spearman* tidak melihat apakah variabel itu "independen" atau "dependen", tetapi melihat apakah dua variabel mempunyai hubungan. Analisis korelasi. Oleh karena itu, pada analisis korelasi tidak terdapat penetapan variabel independen dan dependen secara seketat analisis regresi. (StatPearls, 2024)

Tujuan analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar. Mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar
- 2) Menentukan arah hubungan antar variabel. Menentukan kekuatan hubungan antar variabel

a) Arah Hubungan

Arah hubungan menunjukkan pola perubahan antara variabel independen dan variabel dependen, yang ditentukan dari tanda koefisien korelasi Spearman:

(1) Jika koefisien positif (+)

Hubungan searah

Semakin baik kebiasaan sarapan pagi, semakin tinggi konsentrasi dan prestasi belajar.

(2) Jika koefisien negatif (-)

Hubungan berlawanan arah

Semakin buruk kebiasaan sarapan pagi, semakin rendah konsentrasi belajar dan prestasi belajar.

b) Kekuatan Hubungan

Kekuatan hubungan menunjukkan derajat keeratan hubungan antar variabel, yang ditentukan dari besar kecilnya nilai koefisien korelasi Spearman. Interpretasi kekuatan hubungan sebagai berikut :

Tabel 3.9 Interpretasi Kekuatan Hubungan

Nilai Koefisiensi Korelasi	Interprestasi
0,00-0,199	Sangat Lermah
0,200-0,399	Lemah
0,400-0,599	Sedang
0,600-0,799	Kuat
0,800-1,000	Sangat Kuat

Jika nilai semakin mendekati angka 1, maka hubungan antar variabel semakin kuat. Sebaliknya, jika semakin mendekati angka 0, maka hubungan antar variabel semakin lemah.

c) Signifikasi Statistik

Selain melihat arah dan kekuatan hubungan, analisis bivariat juga menilai signifikasi stastistik melalui nilai *p-value*. Kriteria pengambilan keputusan, jika $p\text{-value} \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sebaliknya, jika $p\text{-value} \geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.

d) Interpretasi Hasil Dalam Penelitian

Contoh apabila hasil analisis menunjukkan :

(1) $r_s = 0,65$

(2) $p = 0,001$

Maka dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan positif kuat antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar, dan hubungan tersebut signifikan secara statistik. Artinya, semakin baik kebiasaan sarapan

pagi siswa, maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar.

Jika hasil menunjukan :

$$(1) r_s = 0,45$$

$$(2) p = 0,02$$

Maka dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan positif dengan kekuatan sedang antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar.

K. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan hal yang wajib dilakukan oleh peneliti untuk melindungi hak-hak calon responden, menjaga kerahasiaan dan memberi keamanan pada responden yang akan menjadi bagian dari penelitian. Dalam pelaksanaan penelitian mengenai “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi dan Prestasi Belajar Anak SD Kelas IV dan V di SD Negeri 1 Ngabenrejo Kecamatan Grobogan Kabupaten Grobogan”, Ada 3 jenis etika penelitian yang harus di perhatikan oleh peneliti, antara lain ;

1. Informed Consent

Merupakan sebuah persetujuan responden untuk ikut serta sebagai bagian dalam penelitian. Lembar persetujuan ini bertujuan agar responden mengetahui maksud tujuan dari penelitian. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti memberikan penjelasan kepada pihak

sekolah, wali kelas, dan calon responden mengenai tujuan, manfaat, prosedur, serta pelaksanaan penelitian. Setelah memperoleh izin dari pihak sekolah, peneliti membagikan lembar informed consent kepada wali kelas sebagai bentuk permohonan persetujuan agar anak dapat berpartisipasi dalam penelitian. Responden yang telah mendapatkan persetujuan dari wali kelas diikutsertakan dalam penelitian secara sukarela tanpa adanya unsur paksaan. Peneliti juga menyampaikan bahwa responden memiliki hak untuk menolak atau mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa menerima konsekuensi apa pun.

2. *Anonymity*

Merupakan bentuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama pada lembar kuesioner maupun pada saat proses pengolahan data. Setiap responden diberikan kode atau nomor identitas sehingga identitas pribadi tidak dapat dikenali. Seluruh hasil penelitian disajikan dalam bentuk data kelompok tanpa menyebutkan identitas masing-masing responden tersebut.

3. *Confidentiality*

Yaitu sebuah usaha untuk menjaga kerahasiaan informasi responden yang telah diberikan. Peneliti menjamin bahwa seluruh data yang diperoleh dari responden, meliputi karakteristik responden, hasil pengisian kuesioner, dan data prestasi belajar, dijaga kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Informasi yang diperoleh tidak disebarluaskan kepada pihak yang tidak berkepentingan

dan hanya disajikan dalam bentuk hasil analisis secara umum tanpa mengungkap identitas responden. Seluruh dokumen penelitian disimpan dengan baik oleh peneliti selama proses penelitian sesuai dengan ketentuan yang berlak.