

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Batasan Masalah	5
1.4. Tujuan.....	5
1.4.1. Tujuan Umum	5
1.4.2. Tujuan Khusus	5
1.5. Manfaat Penelitian.....	6
1.5.1. Manfaat Bagi Siswa	6
1.5.2. Manfaat Bagi Institusi (Sekolah)	6
1.5.3. Manfaat Bagi Peneliti.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Hasil Penelitian Terdahulu	7
2.2. Gizi Seimbang	12
2.3. Sarapan Pagi	13
2.3.1. Definisi Sarapan.....	13

2.3.2. Manfaat Sarapan	14
2.3.3. Faktor yang Memengaruhi Sarapan	14
2.3.4. Dampak Tidak Sarapan.....	18
2.4. Asupan Zat Gizi	19
2.5. Konsentrasi Belajar	21
2.5.1. Definisi Konsentrasi Belajar	21
2.5.2. Faktor yang Memengaruhi Konsentrasi Belajar	21
2.5.3. Indikator-Indikator Konsentrasi Belajar	22
2.6. Kerangka Konsep	23
2.7. Penjelasan Kerangka Konsep	24
2.8. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1. Desain Penelitian.....	26
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
3.2.1. Lokasi Penelitian.....	26
3.2.2. Waktu Penelitian	26
3.3. Variabel dan Definisi Operasional	26
3.3.1. Variabel Penelitian.....	26
3.3.2. Definisi Operasional	27
3.4. Rancangan Sampel	28
3.4.1. Populasi Penelitian.....	28
3.4.2. Sampel Penelitian.....	28
3.4.3. Teknik Pengambilan Sampel	28
3.5. Alur Penelitian	31
3.6. Pengumpulan Data	31
3.6.1. Metode Pengumpulan Data.....	31
3.6.2. Jenis Data	31
3.6.3. Instrumen Penelitian	32
3.7. Pengolahan dan Analisis Data	32
3.7.1. Pengolahan Data	32
3.7.2. Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	35

4.1. Gambaran Umum SMA Dr. Soetomo Surabaya	35
4.2. Karakteristik Responden	36
4.2.1. Karakteristik Usia Responden.....	36
4.2.2. Karakteristik Jenis Kelamin Responden	37
4.3. Hasil Penelitian	37
4.3.1. Kebiasaan Sarapan Pagi	37
4.3.2. Konsentrasi Belajar	38
4.3.3. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya	39
BAB V PEMBAHASAN	40
5.1. Karakteristik Responden	40
5.2. Kebiasaan Sarapan Pagi	41
5.3. Konsentrasi Belajar	45
5.4. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya	47
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	51
6.1. Simpulan	51
6.2. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	57