

TUGAS AKHIR

**KONTRIBUSI SARAPAN PAGI TERHADAP ASUPAN ZAT
GIZI MAKRO DAN PRESTASI BELAJAR MATEMATIKA
REMAJA PUTRI DESA BANGUNCIPTO**



NABILLA ADISTY DAVIOLA

P07131123059

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

TUGAS AKHIR

**KONTRIBUSI SARAPAN PAGI TERHADAP ASUPAN ZAT
GIZI MAKRO DAN PRESTASI BELAJAR MATEMATIKA
REMAJA PUTRI DESA BANGUNCIPTO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



NABILLA ADISTY DAVIOLA

P07131123059

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

TUGAS AKHIR

Kontribusi Sarapan Pagi Terhadap Asupan Zat Gizi Makro dan Prestasi Belajar
Matematika Remaja Putri Desa Banguncipto
The Contribution of Breakfast to Macronutrient Intake and Mathematics Learning
Achievement of Young women in Banguncipto Village

Disusun oleh:
NABILLA ADISTY DAVIOLA
P07131123059

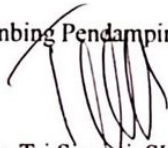
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
15 Juli 2016

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.KES,
NIP. 196606181989021001

Pembimbing Pendamping,


Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP. 197403151998032002

Yogyakarta, 15 Juli 2016
Ketua Jurusan Gizi


Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

KONTRIBUSI SARAPAN PAGI TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN PRESTASI BELAJAR MATEMATIKA REMAJA PUTRI DESA BANGUNCIPTO

Disusun Oleh:
NABILLA ADISTY DAVIOLA
P07131123059

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

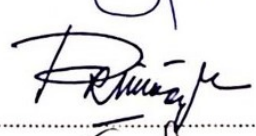
Pada tanggal : 15 Juli 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Susilo Wirawan, SKM.MPH
NIP.197001151994031003



Anggota,
M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.KES,
NIP. 196606181989021001



Anggota,
Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP.197403151998032002



Yogyakarta,
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP.196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas akhir ini adalah hasil karya penulisan sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : NABILLA ADISTY DAVIOLA

Nim : P07131123059

Tanda Tangan : 

Tanggal : 17 Juli 2016

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nabilla Adisty Daviola

NIM : P07131123059

Program Studi : D3 Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu, pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Tugas Akhir saya yang berjudul: "Kontribusi Sarapan Pagi Terhadap Asupan Zat Gizi Makro Dan Belajar Matematika Remaja Putri Desa Banguncipto" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 17 Juli 2016

Yang Menyatakan


(Nabilla Adisty...)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Kontribusi Sarapan Pagi pada Asupan Zat Gizi Makro dan Prestasi belajar Matematika Remaja Putri Desa Banguncipto”. Penulis menyadari dalam proses penulisan tugas akhir ini tidak lepas dari bimbingan, pengarahan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan
3. Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Gizi Program Diploma Tiga
4. M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama
5. Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Pendamping
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan moral dan material
7. Teman-teman yang selalu mendampingi dan memberikan motivasi kepada penulis dan rekan-rekan DIII Gizi 2023 yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak untuk perbaikan dan kelengkapan Tugas Akhir ini. Semoga dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta,

Penulis

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Manfaat praktis.....	5
G. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori	9
B. Kerangka Teori	19
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Pernyataan Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis dan Desain Penelitian	21
B. Populasi dan Sampel.....	21
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
D. Variabel Penelitian	22
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	23
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	24
G. Instrument dan Bahan penelitian	25
H. Prosedur Penelitian.....	26

I. Manajemen Data	28
J. Etika Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	6
Table 2. Angka Kecukupan Gizi Energi Remaja Putri	14
Tabel 3. Angka Kecukupan Karbohidrat Remaja Putri	15
Tabel 4. Angka Kecukupan Lemak Remaja Putri.....	16
Tabel 5. Angka Kecukupan Protein Remaja Putri	16
Tabel 6. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	23
Tabel 7. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	24
Tabel 8. Instrumen dan Bahan Penelitian	26
Tabel 9. Hasil Belajar Berdasarkan Predikat dan Nilai Rapor.....	32
Tabel 10. Distribusi Asupan Zat Gizi Makro Berdasarkan Kebiasaan Makan	32
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri di Kalurahan Banguncipto	38
Tabel 12. Distribusi Asupan Zat Makro.....	40
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Prestasi belajar Matematika Remaja Putri.....	41
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi Remaja Putri di Kalurahan Banguncipto	42
Tabel 15. Tabulasi Silang Kontribusi Energi Sarapan Pagi dengan Prestasi belajar Matematika Remaja Putri.....	43
Tabel 16. Tabulasi Silang Kontribusi Protein Sarapan Pagi dengan Prestasi belajar Matematika Remaja Putri.....	43
Tabel 17. Tabulasi Silang Kontribusi Asupan Lemak Sarapan Pagi dengan Prestasi belajar Matematika Remaja Putri	44
Tabel 18. Tabulasi Silang Kontribusi Asupan Karbohidrat Sarapan Pagi dengan Prestasi belajar Matematika Remaja Putri	45
Tabel 19. Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi belajar Matematika.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	19
Gambar 2. Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Kuesioner Sarapan Dan Prestasi Belajar Matematika.....	61
Lampiran 2 Dokumentasi Master Data	63
Lampiran 3 Hasil SPSS	65