

Hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi akademik di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan UI program reguler Depok

Aderia Rintani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20276553&lokasi=lokal>

Abstrak

Saat ini belum banyak penelitian di Indonesia yang meneliti tentang manfaat sarapan bagi performa dan hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan dengan pencapaian prestasi akademik berupa Indeks Prestasi Akademik (IPK) Mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan design deskriptif korelasi dengan instrumen berupa kuesioner. Penelitian dilakukan di Fakultas Ilmu Keperawatan UI, jumlah responden 127 orang mahasiswa reguler yang tersebar merata pada 4 angkatan berdasarkan perhitungan sampel non random quota sampling. Analisa data yang digunakan adalah distribusi frekuensi dan chi square dengan tingkat kemaknaan 0.05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kebiasaan sarapan positif cenderung memiliki IPK yang lebih tinggi. Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dan prestasi akademik (P value = 0.033, OR = 2.438). Hasil ini menunjukkan bahwa sarapan merupakan alternatif yang cukup signifikan dalam membantu optimalisasi hasil belajar, namun kualitas sarapan itu sendiri merupakan hal penting yang menentukan.