

## Hubungan perilaku sarapan dengan motivasi belajar pada remaja di Jakarta = Relationship between breakfast behavior and learning motivation among adolescents in Jakarta

Roshana Rubi Ellora, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491852&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Remaja memiliki tahap perkembangan yang relatif pesat sehingga remaja membutuhkan asupan gizi yang lebih tinggi. Perilaku sarapan di kalangan remaja masih menjadi masalah di beberapa negara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku sarapan pagi dengan motivasi belajar pada remaja. Rancangan penelitian cross-sectional dengan uji korelasi Pearson digunakan untuk menganalisis hubungan antara perilaku sarapan pagi dengan motivasi belajar pada remaja. Penelitian kuantitatif dengan teknik simple random sampling melibatkan 120 siswa SMA yang dipilih secara acak. Angket yang digunakan adalah angket penilaian perilaku sarapan pagi dan angket Motivated Strategy Learning Questionnaire (MLSQ) untuk menilai tingkat motivasi belajar. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 53,3% remaja memiliki perilaku sarapan yang buruk dan 50,8% remaja memiliki motivasi belajar yang rendah. Hasil analisis penelitian dengan menggunakan uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sarapan pagi dengan motivasi belajar ( $p$  value = 0,001). Dengan adanya penelitian ini diharapkan pihak pelayanan keperawatan dapat berkoordinasi dengan instansi pendidikan, instansi kesehatan, dan orang tua untuk melaksanakan penyuluhan kesehatan terkait manfaat sarapan pagi dan pentingnya sarapan setiap hari, khususnya bagi mahasiswa dalam membantu meningkatkan proses pembelajaran.

..... Adolescents have a relatively rapid developmental stage so that adolescents need higher nutritional intake. Breakfast behavior among adolescents is still a problem in several countries. This study aims to determine the relationship between breakfast behavior and learning motivation in adolescents. A cross-sectional study design with Pearson's correlation test was used to analyze the relationship between breakfast behavior and learning motivation in adolescents. The quantitative research using simple random sampling technique involved 120 high school students who were randomly selected. The questionnaire used was a breakfast behavior assessment questionnaire and a Motivated Strategy Learning Questionnaire (MLSQ) questionnaire to assess the level of learning motivation. Based on the results of the study showed that 53.3% of adolescents have bad breakfast behavior and 50.8% of adolescents have low learning motivation. The results of the research analysis using the Pearson correlation test showed that there was a significant relationship between breakfast behavior and learning motivation ( $p$  value = 0.001). With this research, it is hoped that nursing services can coordinate with educational institutions, health agencies, and parents to carry out health education regarding the benefits of breakfast and the importance of breakfast every day, especially for students in helping improve the learning process.