

# Pengaruh Pemberian Buklet Digital Sarapan Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Sarapan Pada Siswa SMAN 3 Cibinong Tahun 2023 = The Effect Of Providing Breakfast Digital Booklets on Breakfast Knowledge and Behavior in Students of Senior High School 3 Cibinong in 2023

Mohammad Imaduddin, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920522663&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Siswa masih sering melewatkan sarapan, padahal sarapan memiliki fungsi yang penting dalam menunjang proses belajar. Manfaat yang didapatkan oleh siswa ketika sarapan adalah dapat memberikan energi untuk otak sehingga dapat berkonsentrasi dan memperbaiki daya ingat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian buklet digital sarapan terhadap pengetahuan dan perilaku sarapan siswa SMAN 3 Cibinong tahun 2023. Penelitian ini menggunakan rancangan ini menggunakan rancangan kuasi eksperimental, dimana terdapat kelompok perlakuan dan kontrol yang tidak dilakukan randomisasi. Total sampel yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 62 orang yang terdiri atas 31 siswa SMAN 3 Cibinong sebagai kelompok perlakuan dan 31 siswa SMAN 1 Tajur Halang sebagai kelompok kontrol. Data penelitian diperoleh melalui kuesioner secara daring, form food record, dan media untuk masing-masing kelompok yaitu buklet digital untuk kelompok perlakuan dan leaflet digital untuk kelompok kontrol. Kemudian hasilnya akan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan Uji T Dependen dan Uji T Independen. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sarapan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang signifikan setelah diberikan intervensi. Sementara itu perilaku sarapan berupa asupan pada kelompok perlakuan dan kontrol sama-sama mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi walaupun tidak signifikan.

.....Students still often skip breakfast, even though breakfast has an important function in supporting the learning process. The benefits that students get at breakfast is that it can provide energy for the brain so that it can concentrate and improve memory. This study aims to determine the effect of giving breakfast digital booklets on knowledge and breakfast behavior of SMAN 3 Cibinong students in 2023. This research uses a quasi-experimental design, where there are treatment and control groups that are not randomized. The total sample involved in this study was 62 people consisting of 31 students of SMAN 3 Cibinong as the treatment group and 31 students of SMAN 1 Tajur Halang as the control group. Research data were obtained through online questionnaires, food record forms, and media for each group, namely digital booklets for the treatment group and digital leaflets for the control group. Then the results will be analyzed univariately and bivariately using the Dependent T Test and Independent T Test. The results of the study found that there was a significant increase in the average breakfast knowledge score in the treatment group and the control group after being given the intervention. Meanwhile, breakfast behavior in the form of intake in the treatment and control groups both experienced an increase after being given the intervention, although not significantly.