

ABSTRAK

HUBUNGAN PERILAKU MAKAN PAGI (SARAPAN) DAN STATUS GIZI DENGAN TINGKAT KONSENTRASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

Tanika Sonia Putri Larega

Remaja merupakan sumber daya manusia bagi pembangunan di masa datang, untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, banyak faktor yang harus diperhatikan diantaranya adalah faktor pangan (unsur gizi) dipagi hari dan status gizi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara perilaku makan pagi (sarapan) dan status gizi dengan tingkat konsentrasi.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada 87 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran pre klinik Universitas Lampung. Sampel diambil dengan *propotionated stratified random sampling*. Uji analisis yang digunakan adalah uji *chi-square*.

Didapatkan responden yang tidak sarapan 58,6%, sarapan 41,4%. Status gizi normal 74,4%, kurus 18,4%, gemuk 6,9%. Tingkat konsentrasi baik 64,4%, sedang 31,0%, kurang 4,6%. Didapatkan tidak terdapat hubungan antara perilaku makan pagi (sarapan) dengan tingkat konsentrasi ($p = 0,082$) dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi ($p = 0,161$).

Kata Kunci: konsentrasi, mahasiswa, sarapan, status gizi