

# **HUBUNGAN *BREAKFAST HABIT* DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD NEGERI LIMO 01 DEPOK**

**Nita Junita**

## **Abstrak**

Status gizi merupakan keadaan asupan zat gizi atau makanan yang dikonsumsi telah mencapai seimbang dengan kebutuhan tubuh. Status gizi erat hubungannya dengan kebiasaan sarapan pagi, karena termasuk salah satu faktor penentu dalam keberhasilan kesehatan. *Breakfast habit* merupakan bagian dari pola makan yang memiliki dampak positif terhadap status gizi karena berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *breakfast habit* dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri Limo Depok. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel pada penelitian menggunakan teknik stratified sampling sebanyak 164 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juni 2024. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran antropometri yaitu tinggi badan, dan berat badan, serta pengisian kuesioner. Analisis data penelitian ini dilakukan dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *breakfast habit* dengan status gizi dengan nilai p-value 0,048 ( $<0,05$ ). Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa *breakfast habit* dapat mempengaruhi status gizi anak.

**Kata Kunci :** *Breakfast Habit*, Status Gizi, Anak Usia Sekolah

# **THE RELATIONSHIP OF BREAKFAST HABIT WITH NUTRITIONAL STATUS IN SCHOOL-AGE CHILDREN AT LIMO 01 DEPOK ELEMENTARY SCHOOL**

**Nita Junita**

## **Abstract**

Nutritional status is a state of nutrient intake or food consumed that has reached a balance with the body's needs. Nutritional status is closely related to breakfast habits, as it is one of the determining factors in health success. Breakfast habit is part of a diet that has a positive impact on nutritional status because it contributes to the growth and development of children. This study aims to determine the relationship between breakfast habit and nutritional status in school-age children at SD Negeri Limo Depok. The research design used is quantitative research with a cross-sectional approach method. The sampling technique in the study used stratified sampling technique as many as 164 respondents. This research was conducted from May to June 2024. Data collection was carried out through anthropometric measurements, namely height, and body weight, and filling out questionnaires. Data analysis was conducted using chi-square test. The results showed that there was a significant relationship between breakfast habit and nutritional status with a p-value of 0.048 ( $<0.05$ ). Therefore, it can be concluded that breakfast habit can affect the nutritional status of children.

**Keywords :** Breakfast Habit, Nutritional Status, School Age Children