



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

**SKRIPSI**

**NITA JUNITA  
2010711019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2024**



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

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**NITA JUNITA**

**2010711019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2024**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nita Junita  
NIM : 2010711019  
Tanggal : 09 Juli 2024

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 09 Juli 2024

Yang Menyatakan,



(Nita Junita)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nita Junita  
NIM : 2010711019  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: ”Hubungan *Breakfast Habit* dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SD Negeri Limo 01 Depok”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal: 09 Juli 2024

Yang menyatakan,



Nita Junita

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Nita Junita

NIM : 2010711019

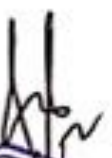
Program Studi : SI Keperawatan

Judul : Hubungan *Breakfast Habit* dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SD Negeri Limo 01 Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

  
Ns. Rokhaidah, M.Kep, Sp.Kep.An


Ketua Penguji


  
Ns. Susiana Jiriseni, M.Kep, Sp.Kep.An

Penguji II

  
Ns. Indah Permatasari, S.Kep., M.Kep.

Penguji III ( Pembimbing )

  
Desmawati, SKp, M.Kep, Sp.Mat, Ph.D.  
Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta

  
Ns. Gamyatri Utami, M.Kep.  
Ka. Prodi Keperawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 09 Juli 2024

# **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

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga proposal skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Februari 2024 ini adalah “Hubungan *Breakfast Habit* dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri Limo 1 Depok”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA,Comm selaku Rektor UPN Veteran Jakarta, Desmawati, SKP., M.Kep.,Sp.Mat.,Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Gamyatri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, serta kepada Ns. Indah Permatasari, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan saran, serta seluruh Dosen Keperawatan UPN “Veteran” Jakarta.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ibu Maesaroh dan Bapak Jeje Juanda selaku kedua orang tua yang selalu memberikan doa dan kasih sayang. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kakak dan kedua adik serta keponakan yang tidak pernah bosan memberikan semangat kepada penulis. Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Vionita Apriliana, Epa dan Bonieta Dwi Lestari yang selalu membantu dalam setiap langkah dan memberikan afirmasi positif kepada penulis.

*Last but not the last.* Diriku sendiri, Nita Junita. Apresiasi yang sebesar-besarnya karena mampu menyelesaikan apa yang telah kamu mulai dengan baik dan tepat. Terima kasih untuk tidak pernah menyerah, selalu bekerja keras dan mampu mengendalikan ego untuk setiap dinamika perjalanan yang tidak sesuai dengan harapan. *So, i'm very proud of myself!* Terima kasih sudah berjuang dan bertahan untuk dirimu sendiri.

Jakarta 09 Juli 2024

Penulis

Nita Junita



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I. 1 Latar Belakang .....	1
I. 2 Rumusan Masalah .....	3
I. 3 Tujuan Penelitian.....	3
I. 4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	5
II. 1 Anak Usia Sekolah .....	5
II. 2 Status Gizi .....	8
II. 3 <i>Breakfast Habit</i> .....	10
II. 4 Kerangka Teori .....	14
II. 5 Tabel Penelitian Terdahulu .....	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
III. 1 Kerangka Konsep .....	18
III. 2 Hipotesis Penelitian .....	19
III. 3 Definisi Operasional.....	19
III. 4 Desain Penelitian .....	21
III. 5 Populasi dan Sampel Penelitian .....	22
III. 6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	24
III. 7 Metode Pengumpulan Data .....	24
III. 8 Instrumen Penelitian.....	25
III. 9 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	28
III. 10 Analisa Data .....	30
III. 11 Etika Penelitian .....	31
III. 12 Keterbatasan Penelitian.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
IV. 1 Hasil Penelitian.....	33
IV. 2 Pembahasan .....	37

BAB V PENUTUP.....	42
V. 1 Kesimpulan.....	42
V. 2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA.....	44
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Kategori Status Gizi .....	15
Tabel 2.	Penelitian Terdahulu .....	15
Tabel 3.	Definisi Operasional.....	20
Tabel 4.	Kisi-kisi Instrumen Kuesioner <i>Breakfast Habit</i> .....	27
Tabel 5.	Hasil Uji Validitas Angket <i>Breakfast Habit</i> .....	29
Tabel 6.	Analisa Univariat.....	31
Tabel 7.	Analisa Bivariat .....	32
Tabel 8.	Distribusi Karakteristik Responden (n=164).....	35
Tabel 9.	Analisa Hubungan antara <i>Breakfast Habit</i> dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri Limo 01 Depok (n=164).....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Peta Lokasi Penelitian .....	34
--	----

## DAFTAR SKEMA

Skema 1.	Kerangka Teori Penelitian .....	14
Skema 2.	Kerangka Konsep Penelitian.....	18

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat izin studi pendahuluan dan penelitian
Lampiran 2	Surat permohonan <i>ethical clearance</i>
Lampiran 3	Surat permohonan izin penelitian dan pengambilan data
Lampiran 4	Surat persetujuan <i>ethical clearance</i>
Lampiran 5	Lembar persetujuan responden
Lampiran 6	Surat balasan menyelesaikan penelitian
Lampiran 7	Kartu monitoring bimbingan
Lampiran 8	Kuesioner penelitian
Lampiran 9	Tabel antropometri
Lampiran 10	Hasil output univariat
Lampiran 11	Hasil output bivariat
Lampiran 12	Dokumentasi
Lampiran 13	Surat bebas plagiarisme
Lampiran 14	Hasil Turnitin