



**KEBIASAAN SARAPAN SISWA SEKOLAH DASAR KELAS IV
DAN V SDN 01 CINERE TAHUN 2016**

SKRIPSI

WAHYU SAPUTRA

1210714022

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
2016**



**KEBIASAAN SARAPAN SISWA SKEOLAH DASAR KELAS IV
DAN V SDN 01 CINERE TAHUN 2016**

SKRIPSI

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

WAHYU SAPUTRA

1210714022

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Wahyu Saputra
NRP : 1210714022
Tanggal : 25 Juli 2016

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidak sesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan di proses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Depok, 25 Juli 2016

Yang Menyatakan



(Wahyu Saputra)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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


Nama : Wahyu Saputra
NIM : 1210714022
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui uji untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Kebiasaan Sarapan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016.

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 : Depok
Pada Tanggal : 25 Juli 2016
Yang Menyatakan,


(Wahyu Saputra)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Wahyu Saputra
NRP : 1210714022
Program Studi : S-1 IlmuGizi
Judul : Kebiasaan Sarapan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V
SDN 01 Cinere Tahun 2016.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S-1 IlmuGizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Firlia Ayu Arini, SKM, MKM


Penguji I


Desak Nyoman Sithi, SKp, MARS

Dekan


Nur Intania Sofianita, Si.Kom, MKM

Penguji II (Pembimbing)


Ikha Deviyanti P, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 20 Juli 2016

v

KEBIASAAN SARAPAN SISWA SEKOLAH DASAR KELAS IV DAN V SDN 01 CINERE TAHUN 2016

Wahyu Saputra

Abstrak

Sarapan adalah kegiatan mengkonsumsi makanan atau minuman yang bergizi dan aman yang dapat memenuhi 25% kebutuhan gizi harian, yaitu usia 10-12 tahun anak laki-laki membutuhkan 525 kkal dan anak perempuan membutuhkan 500 kkal yang dilakukan sebelum jam 9 pagi. Pada usia sekolah, sarapan sangat penting karena dapat membantu konsentrasi belajar di sekolah dan mempertahankan status gizi yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kebiasaan sarapan siswa yang meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, kebiasaan sarapan, ketersediaan sarapan, pengetahuan gizi tentang sarapan, dan asupan energi sarapan), serta untuk mengetahui hubungan antara asupan energi sarapan, pengetahuan gizi tentang sarapan dengan kebiasaan sarapan siswa di SDN 01 Cinere. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan pengambilan data menggunakan kuesioner dan wawancara makanan yang dikonsumsi saat sarapan (food recall 3 days). Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-April tahun 2016. Jumlah responden penelitian ini sebanyak 160 siswa kelas 4 dan 5 SDN 01 Cinere. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan kebiasaan sarapan dengan pengetahuan gizi tentang sarapan ($p=0,035$), sehingga perlu adanya edukasi gizi di sekolah, khususnya dilakukan penyuluhan gizi rutin, terutama tentang pentingnya sarapan pagi bagi siswa.

Kata kunci : Kebiasaan sarapan, Asupan energi sarapan, Anak sekolah

BREAKFAST HABITS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS GRADES IV AND V SDN 01 CINERE 2016

Wahyu Saputra

Abstract

Breakfast is an activity consuming food or drink that is nutritious and safe to meet 25% of the daily nutritional needs, is 10-12 years old boys need 525 kcal and girls need 500 kcal which is performed before 9 a.m. At school age, breakfast is very important because it helps the concentration at school and maintain a good nutritional status. The purpose of this study is to describe the breakfast habits of student that includes the characteristic of respondents (age, sex, breakfast habits, availability of breakfast, nutritional knowledge about the breakfast), as well as to determine the relationship between energy intake breakfast, nutrition knowledge about the breakfast habits with breakfast habits of students SDN 01 Cinere. This study using *cross sectional* study design to data collection using questionnaires and interviews of food consumed at breakfast (*food recall 3 days*). The number of respondents of this study as many 160 students in grade IV and V SDN 01 Cinere. The result of this study indicate that there is relationship between correlation between breakfast habits with nutrition knowledge about the breakfast ($p=0,035$).

Keyword : Breakfast habits, Energy intake breakfast, Students

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penelitian ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Kebiasaan Sarapan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016”. Tujuan dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Gizi di Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Nur Intania Sofianita, Si.Kom., MKM selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini. Kemudian kepada orang tua saya Bapak Syamsudin dan Ibu Siti Sartinah atas bantuan materi serta moril. Terima kasih juga kepada Bapak Mursidi, S.Pd selaku Kepala Sekolah SDN 01 Cinere yang telah membantu dalam proses penelitian ini. Dan teman-teman seperjuangan Bana, Agung, Yeni, Berlian, Astri, Ajeng, Hana, Rudi Setiawan atas segala bantuan dan motivasi selama proses penyelesaian skripsi ini.

Jakarta, 25 Juli 2016

Penulis

Wahyu Saputra

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Anak	6
II.2 Karakteristik Responden	8
II.3 Sarapan	9
II.4 Asupan Sarapan	10
II.5 Angka Kecukupan Gizi	12
II.6 Pengetahuan Mengenai Sarapan	13
II.7 Kebiasaan Jajan	13
II.8 Kerangka Teori	14
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	
III.1 Kerangka Konsep	17
III.2 Definisi Operasional	19
III.3 Hipotesis	23
BAB IV METODE PENELITIAN	
IV.1 Desain Penelitian	24
IV.2 Tempat dan Waktu Penelitian	24
IV.3 Populasi dan Sampel Penelitian	24
IV.4 Pengumpulan Data	26
IV.5 Pengolahan Data dan Analisis Data	27
IV.6 Etika Penelitian	28
IV.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	30

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
V.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	31
V.2 Analisis Univariat	32
V.3 Analisis Bivariat	39
V.4 Keterbatasan Penelitian	41
BAB VI PENUTUP	
VI.1 Kesimpulan	42
VI.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	AKG Anak Sekolah Usia 7-12 tahun	12
Tabel 2	Definisi Operasional	19
Tabel 3	Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	32
Tabel 4	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	33
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	34
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Ketersediaan Sarapan Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	35
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi Sarapan Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	36
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sarapan Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 01 Cinere Tahun 2016	38
Tabel 9	Distribusi Pertanyaan Mengenai Pengetahuan Sarapan Dan Persentase Jawaban Yang Benar	39
Tabel 10	Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Tentang Sarapan Sarapan Dengan Kebiasaan Sarapan	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	16
Gambar 2	Kerangka Konsep	18
Gambar 3	Teknik Pengambilan Sampel	26

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keterangan Etika Clearance
- Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 3 Kuesioner Penelitian