



**HUBUNGAN FREKUENSI SARAPAN PAGI DAN  
FREKUENSI JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK  
SEKOLAH DASAR USIA 10 DAN 11 TAHUN DI SDN KEBON  
PALA 02 PAGI, JAKARTA TIMUR.**

**SKRIPSI**

**ISMASITA RAMADHANI**

**1210714069**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S1-ILMU GIZI**

**2018**



**HUBUNGAN FREKUENSI SARAPAN PAGI DAN FREKUENSI  
JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH  
DASAR USIA 10 DAN 11 TAHUN DI SDN KEBON PALA 02  
PAGI JAKARTA TIMUR.**

**SKRIPSI**

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

**ISMASITA RAMADHANI**

**1210714069**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S1-ILMU GIZI  
2018**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ismasita Ramadhani

NRP : 1210714069

Tanggal : 5 April 2018

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

Jakarta, 5 April 2018

Yang menyatakan,



(Ismasita Ramadhani)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Ismasita Ramadhani  
NRP : 1210714069  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pembangunan 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 Frekuensi Sarapan Pagi dan Frekuensi Jajan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 dan 11 Tahun di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur

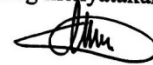
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/diformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 5 April 2018

Yang menyatakan,



(Ismasita Ramadhani)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :


Nama : Ismasita Ramadhani


NRP : 1210714069


Program Studi : S1 Ilmu Gizi


Judul Skripsi : Hubungan Frekuensi Sarapan Pagi Dan Frekuensi Jajan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 dan 11 Tahun di SDN Kebon Pala 02 Pagi Jakarta Timur.


Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

  
Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM  
Ketua Penguji

  
Firlia Ayu Arini, MKM  
Penguji I

  
Dr. Drg. Wahyu Sulistiadi, MARS  
Dekan

  
Ikha Deviyanti, S.Gz., RD, MKM  
penguji II (pembimbing)

  
Ikha Deviyanti, S.Gz., RD, MKM  
Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 05 April 2018

# **HUBUNGAN FREKUENSI SARAPAN PAGI DAN FREKUENSI JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR USIA 10 DAN 11 TAHUN DI SDN KEBON PALA 02 PAGI JAKARTA TIMUR TAHUN 2017**

**Ismasita Ramadhani**

## **Abstrak**

Anak adalah kelompok usia kurang dari delapan belas tahun dan sedang berada dalam masa tumbuh kembang dengan kebutuhan khusus, baik kebutuhan fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Asupan zat gizi dari makanan yang dikonsumsi akan menghasilkan dampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut data dari Riskesdas 2013 prevalensi status gizi di Indonesia sangat kurus 4%, kurus 7,2%, normal 70% dan gemuk 10,8%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi sarapan pagi dan frekuensi jajan dengan status gizi pada anak sekolah dasar usia 10 dan 11 tahun di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dan simple random sampling. Pengumpulan data melalui pengukuran antropometri, wawancara frekuensi sarapan pagi dan kuesioner jajan. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa hubungan frekuensi sarapan pagi dengan status gizi ( $p=0,00$ ) dan hubungan frekuensi jajan dengan status gizi ( $p=0,91$ ).

**Kata Kunci:** Anak, Status Gizi, Sarapan Pagi, Jajan.

**CORRELATION FREQUENCY BREAKFAST AND  
FREQUENCY OF SNACK WITH THE STATUS OF  
NUTRITION IN THE PRIMARY SCHOOL THE AGES OF 10  
AND 11 YEARS OLD IN SDN KEBON PALA 02 PAGI EAST  
JAKARTA TAHUN 2017**

**Ismasita Ramadhani**

**Abstract**

Children are less than eighteen years old and are in a period of development with special needs, both physical, psychological, social and spiritual needs. Intake of nutrients from food consumed will have an impact on the growth and development of children. According to data from Riskesdas 2013 the prevalence of nutritional status in Indonesia is very thin 4%, skinny 7.2%, normal 70% and grease 10.8%. This study aims to determine the relationship between breakfast frequency and frequency of snack with nutritional status in elementary school children aged 10 and 11 years in SDN Kebon Pala 02 Pagi, East Jakarta. This research use cross sectional design and simmpel random sampling. Data collection through anthropometry measurement, breakfast frequency interview and snack questionnaire. In this study found that the relationship between breakfast frequency with nutritional status ( $p = 0,00$ ) and the relationship of snack frequency with nutritional status ( $p = 0,91$ ).

**Keywords:**Children, Nutritional Status, Breakfast, Snack.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak November 2017 ini adalah Hubungan Frekuensi Sarapan Pagi dan Frekuensi Jajan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 dan 11 Tahun di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz.,RD.,MKM., selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kedua Orang Tua Tercinta Bapak Nyaman Bk, Ibu Tutik Sudiarti, Adik tersayang Yunike Mayangsari yang tidak henti-hentinya memberikan penulis dukungan, doa, moral dan materil. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yaitu: Nurul Syifana, Rizky Ananda, Hersa khoirunisa dan teman-teman lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari akan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan semua yang membacanya.

Jakarta, 5 April 2018  
Penulis

Ismasita Ramadhani



## 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 .....                                       | ix   |
| DAFTAR GAMBAR .....                                      | x    |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                    | xi   |
| <br>   |      |
| BAB I PENDAHULUAN .....                                  | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                                 | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                | 5    |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                              | 6    |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                             | 6    |
| <br>   |      |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....                            | 8    |
| II.1 Status Gizi.....                                    | 8    |
| II.2 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi .....          | 8    |
| II.3 Penilaian Status Gizi .....                         | 10   |
| II.4 Penilaian Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar ..... | 11   |
| II.5 Klasifikasi Status Gizi Anak .....                  | 14   |
| II.6 Kecukupan Gizi Anak Sekolah .....                   | 15   |
| II.7 Anak Sekolah Dasar .....                            | 15   |
| II.8 Sarapan Pagi .....                                  | 16   |
| II.9 Jajan .....   | 20   |
| II.10 Kerangka Teori.....                                | 23   |
| <br>   |      |
| BAB III METODE PENELITIAN .....                          | 24   |
| III.1 Kerangka Konsep .....                              | 24   |
| III.2 Hipotesis .....                                    | 25   |
| III.3 Definisi Operasional .....                         | 26   |
| III.4 Desain Penelitian .....                            | 27   |
| III.5 Tempat dan Waktu .....                             | 27   |
| III.6 Populasi dan Sampel .....                          | 28   |
| III.7 Cara Pengambilan Sampel .....                      | 30   |
| III.8 Etika Penelitian .....                             | 30   |
| III.9 Teknik Pengumpulan Data .....                      | 32   |
| III.10 Instrumen Penelitian .....                        | 32   |
| III.11 Teknik Pengolahan Data .....                      | 33   |
| III.12 Analisis Data .....                               | 34   |

|   |        |
|---|--------|
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....          | 36     |
| IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... | 36     |
| IV.2 Analisis Univariat .....             | 37     |
| IV.3 Analisis Bivariat.....               | 40     |
| IV.4 Keterbatasan Penelitian.....         | 42     |
| <br>BAB V PENUTUP.....                    | <br>43 |
| V.1 Kesimpulan.....                       | 44     |
| V.2 Saran.....                            | 44     |
| <br>DAFTAR PUSTAKA .....                  | <br>45 |
| RIWAYAT HIDUP                             |        |
| LAMPIRAN                                  |        |

## DAFTAR TABEL

|         |  |    |
|---------|--|----|
| Tabel 1 | Kategori Status Gizi Anak .....  | 14 |
| Tabel 2 | Kebutuhan Gizi Anak.....   | 15 |
| Tabel 3 | Definisi Operasional Variabel Penelitian Hubungan Frekuensi Sarapan Pagi dan Frekuensi Jajan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 dan 11 Tahun di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur..... | 26 |
| Tabel 4 | Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Status Gizi, Pekerjaan Orang Tua, Frekuensi Sarapan Pagi dan Frekuensi Jajan di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur Tahun 2017.....                | 37 |
| Tabel 5 | Frekuensi Keragaman Jenis Makanan dan Minuman yang di Konsumsi saat jajan di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur Tahun 2017 .....  | 39 |
| Tabel 6 | Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Sarapan Pagi dengan Status Gizi di SDN Kebon Pala 02 Pagi, Jakarta Timur Tahun 2017 .....   | 40 |
| Tabel 7 | Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Jajan dengan Status Gizi.....   | 41 |

## DAFTAR GAMBAR

|          |                                  |    |
|----------|----------------------------------|----|
| Gambar 1 | Kerangka Teori .....             | 23 |
| Gambar 2 | Kerangka Konsep Penelitian ..... | 24 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Ethical Clearance
- Lampiran 2 Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 3 Berita Acara
- Lampiran 4 Informed Consent
- Lampiran 5 Persetujuan Kuesioner
- Lampiran 6 Kuesioner
- Lampiran 7 Kuesioner FFQ
- Lampiran 8 Output SPSS
- Lampiran 9 Dokumentasi