



**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DENGAN STATUS
GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 03 SARUA CIPUTAT
KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2015**

SKRIPSI

VIOLYTA RAHAYU ANDHINI

1110714025

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI

2015



**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DENGAN
STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 03 SARUA
CIPUTAT, KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2015**

SKRIPSI

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

VIOLYTA RAHAYU ANDHINI

1110714025

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
2015**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Violyta Rahayu Andhini

NRP : 1110714025

Tanggal : 6 Agustus 2015

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

Depok, 6 Agustus 2015

Yang Menyatakan,



(Violyta Rahayu Andhini)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Violyta Rahayu Andhini
NRP : 1110714025
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 Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015.

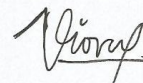
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Skripsi saya selama data mencantumkan nama saya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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada tanggal : 6 Agustus 2015

Yang menyatakan,



(Violyta Rahayu Andhini)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

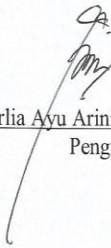
Nama : Violyta Rahayu Andhini

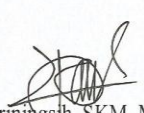
NRP : 1110714025

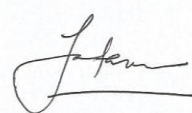
Program Studi : S-1 Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015.

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

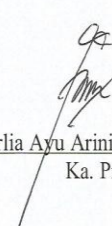

Firlia Ayu Arini, SKM, MKM
Penguji I


Apriningsih, SKM, MKM
Penguji II


Nur Intania Sofianita, S.Ikom, MKM
Penguji III (Pembimbing)



Desak Nyoman Sifhi, SKp, MARS
Dekan


Firlia Ayu Arini, SKM, MKM
Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 6 Agustus 2015

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN SARUA 03 CIPUTAT KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2015

Violyta Rahayu Andhini

Abstrak

Sarapan merupakan kegiatan mengkonsumsi makanan dan minuman yang aman dan bergizi yang dapat memenuhi 15-30% kebutuhan gizi harian sebelum jam 9 pagi. Saat usia sekolah, sarapan sangat penting karena dapat meningkatkan konsentrasi belajar disekolah dan mencapai status gizi yang optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi yang meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin), kebiasaan sarapan, ketersediaan sarapan, kebiasaan jajan, pekerjaan ibu, pengetahuan gizi tentang sarapan, sikap terhadap sarapan, energi sarapan dan status gizi pada siswa di SDN Sarua 03 Ciputat, Kota Tangerang Selatan. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan pengambilan data menggunakan kuesioner dan wawancara makanan yg dikonsumsi saat sarapan (*food recall 3 days*). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei tahun 2015. Jumlah responden penelitian ini ada 140 siswa kelas 5 di SDN Sarua 03 Ciputat, Kota Tangerang Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi ($p=0,033$), sehingga perlu adanya tambahan pendidikan gizi disekolah khususnya melakukan kegiatan penyuluhan gizi secara rutin, salah satunya tentang pentingnya sarapan pagi bagi siswa.

Kata Kunci : Kebiasaan sarapan, Anak sekolah, Status Gizi

THE RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST HABIT AND STUDENTS OF SDN SARUA 03 CIPUTAT'S NUTRITION STATUS IN TANGERANG SELATAN 2015

Violyta Rahayu Andhini

Abstract

Breakfast is an activity, consuming a safe and full nutrition food and drink that can filled 15-30% daily nutrition need before 9 a.m. Breakfast is very important in school age in order to increase concentration while studying at school and get the optimal nutrition status. The aims of the research are to know correlation of breakfast habit which include; student's characteristic, breakfast habit, breakfast availability, buying-snack habit, mother's job, breakfast's nutrition knowledge, attitude on breakfast, breakfast energy and nutrition status of SDN Sarua 03 Ciputat's students. This research is used a cross sectional study design and collecting the data by giving questioner and interviewing about the breakfast (food recall 3 days). This research was done in April-May 2015. Total students in this research are about 140 students in 5 grade SDN Sarua 03 Ciputat. The result showed there was also a significant correlation between breakfast habit with nutrition status ($p=0,033$), so that important to give a nutrition knowledge in school, especially in giving a routine nutrition care and sharing the importance of having of having breakfast.

Keyword : Breakfast habit, Students, Nutrition Status

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak April-Mei 2015 adalah “Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN Sarua 03 Ciputat Kota Tangerang Selatan Tahun 2015”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Nur Intania Sofianita, S.Ikom, MKM, selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan teliti saat memberikan arahan dan masukan serta motivasi yang bermanfaat dalam proses bimbingan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan penulis kepada Prof. Dr. Ir. Eddy Sumarno Siradj, M.Sc, selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desak Nyoman Sithi S.Kp, MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Firlia Ayu Arini, SKM, MKM, selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta sekaligus penguji I, Apriningsih, SKM, MKM, selaku dosen penguji II, dan Seluruh Dosen, staf dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta serta ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya yang paling dicintai Bapak Aiptu Iswandi, Ibu Supartin dan Kakak saya tersayang Brigadir Bobby Setyandi dan Dian Fajaria, Amd. Tidak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada sahabat-sahabat Drian, Nauval, Nurani, Imel, Farah, Obin, Lia, Bella, Ninis, Gita, Dini, Devi, Imus, Astrid, Ade, Deby, Beata, Dinda, Anisa dan teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Depok, 6 Agustus 2015

Penulis

Violyta Rahayu Andhini

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	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Anak Usia Sekolah (AUS)	6
II.2 Status Gizi (IMT/U)	10
II.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kebiasaan Sarapan	11
II.4 Kerangka Teori	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
III.1 Kerangka Konsep	28
III.2 Definisi Operasional	30
III.3 Hipotesis	35
III.4 Desain Penelitian	36
III.5 Tempat dan Waktu penelitian	36
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian	36
III.7 Etika Penelitian	39
III.8 Pengumpulan Data	40
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	42
III.10 Pengolahan Data dan Analisa Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	46
IV.2 Analisis Univariat	47
IV.3 Analisis Bivariat	58
IV.4 Keterbatasan Penelitian	63

BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan	64
V.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Gizi (AKG) Pada Anak Kelompok Usia Sekolah Usia 9-13 Tahun	9
Tabel 2	Klasifikasi Status Gizi Anak Menurut WHO 2007.....	11
Tabel 3	Kategori Pengetahuan Gizi	13
Tabel 4	Kontribusi Energi Dan Zat Gizi Dari Sarapan Pada Anak Indonesia Berdasarkan Jenis Kelamin	23
Tabel 5	Jenis-Jenis Makanan Jajanan Yang Bergizi.....	24
Tabel 6	Definisi Operasional	30
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden (Usia) Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015...	48
Tabel 8	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	49
Tabel 9	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi Tentang Sarapan Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015.....	50
Tabel 10	Distribusi Pertanyaan Mengenai Pengetahuan Gizi tentang Sarapan serta Persentasenya	50
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Gizi Tentang Sarapan Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	52
Tabel 12	Distribusi Pernyataan Mengenai Sikap Gizi tentang Sarapan serta Persentasenya	53
Tabel 13	Distribusi Responden Berdasarkan Ketersediaan Sarapan Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	54
Tabel 14	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	55
Tabel 15	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi Sarapan Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	56
Tabel 16	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Siswa Kelas 5 SDN Sarua 03 Ciputat Tahun 2015	57
Tabel 17	Hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi	59
Tabel 18	Hubungan antara asupan energi sarapan dengan status gizi	60
Tabel 19	Hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	27
Gambar 2	Kerangka Konsep	28
Gambar 3	Teknik Pengambilan Sampel	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data Dari UPN
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Etik (Ethical Approval)
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 5 Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 6 Formulir *Food Recall 3 Days*
- Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kuisisioner
- Lampiran 8 Hasil output SPSS Analisis Univariat dan Bivariat
- Lampiran 9 Foto Kegiatan Pengambilan Data Di SDN Sarua 03 Ciputat