

# **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**