

TUGAS AKHIR

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI  
KEBLASAAN SARAPAN PAGI SISWA DI SEKOLAH  
DASAR NEGERI 15 SURAU GADANG  
KECAMATAN NANGGALO KOTA  
PADANG TAHUN 2023

Diajukan sebagai salah satu  
syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Gizi



Oleh :

YOLA PRATIVA  
NIM : 202110120

PROGRAM STUDI DIII JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI PADANG  
2023

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Yola Prativa  
NIM : 202110120  
Tempat/ Tanggal Lahir : Kampung Cubadak / 26 Juli 2001  
Daerah Asal : Pasaman Barat  
Jumlah Saudara : 2  
Anak ke : 1  
Agama : Islam  
Email : [yolayona9@gmail.com](mailto:yolayona9@gmail.com)  
Alamat : Kampung Cubadak  
Nama Orang Tua :  
Ayah : Harzaini  
Ibu : Maria Ulfa  
Pendidikan :

Pendidikan	Tahun Lulus
SD N 13 Pasaman	2013
SMP N 1 Pasaman	2017
SMA N 1 Pasaman	2020
Jurusan Gizi Poltekes Kemekes Padang	2020-2023

**PERNYATAAN PERSEJUAN PEMBIMBING**

**Tugas Akhir**

**"Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023"**

Oleh:

**YOLA PRATIYA**

**NIM : 202110120**

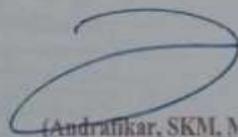
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Padang, 30 Mei 2023

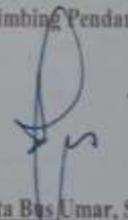
**Menyetujui :**

**Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**

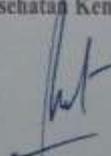


**(Andriakar, SKM, M. Kes)**  
**NIP. 19660612 198903 1 003**



**(Dr. Hermita Bas Umar, SKM, MKM)**  
**NIP. 19690329 19920 3 2002**

**Ketua Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang**



**(Rina Hasniyati, SKM, M. Kes)**  
**NIP.197612112005012001**

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir

"Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023"

Oleh:

YOLA PRATIVA

NIM: 202110120

Telah dipertahankan dalam seminar  
di depan Dewan Penguji Pada  
tanggal :  
Padang, 30 Mei 2023

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua

(Edmon, SKM,M.Kes)

NIP. 19620729 198703 1 003

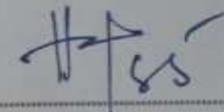
Anggota

()

(Marni Handayani, S. SiT. M. Kes)

NIP. 19750309 199803 2 001

Anggota

()

(Andrafikar, SKM, M. Kes)

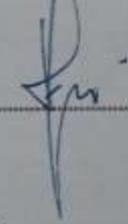
NIP. 19660612 198903 1 003

Anggota

()

(Dr. Hermita Bus Umar,SKM,MKM)

NIP. 19690529 199203 2 002

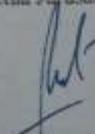
()

Padang, 09 Juni 2023

Ketua Jurusan Gizi

(Rina Hasniyati, SKM, M.Kes)

NIP. 19761211 200501 2 001

()

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya

Nama Lengkap	: Yola Prativa
NIM	: 202110120
Tanggal Lahir	: 26 Juli 2001
Tahun Masuk	: 2020
Program Studi	: DIII Gizi
Nama Pembimbing Akademik	: Andrafikar, SKM, M.Kes
Nama Pembimbing Utama	: Andrafikar, SKM, M.Kes
Nama Pembimbing Pendamping	: Dr. Hermita Bus Umar, SKM, MKM
Nama Ketua Dewan Penguji	: Edmon, SKM, M.Kes
Nama Anggota Dewan Penguji	: Marni Handayani, S.SiT, M. Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil tugas akhir saya yang berjudul

**“Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 10 Juni 2023



Yola Prativa  
NIM. 202110120

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENYERAHAN  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Padang, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yola Prativa

NIM : 202110120

Program Studi : DIII Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Padang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right) atas Tugas Akhir saya yang berjudul : Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Padang berhak menyimpang, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padang

Pada tanggal : 10 Juni 2023

Yang menyatakan

(Yola Prativa)

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
JURUSAN D-III GIZI**

**Tugas Akhir, 10 Juni 2023  
Yola Prativa**

**Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

**viii+ 45 halaman + 9 tabel + 9 lampiran**

**ABSTRAK**

Anak sekolah dasar menurut WHO (*World Health Organisation*) yaitu golongan anak yang berusia antara 6-12 tahun. Golongan anak usia ini biasanya mempunyai banyak perhatian dan aktivitas diluar rumah, sehingga waktu makan pagi (sarapan) sering dilupakan. Sarapan sangat perlu diperhatikan untuk mencegah hipoglikemia dan agar anak lebih mudah untuk menerima pelajaran. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 26 % anak Indonesia hanya mengkonsumsi minuman pada waktu sarapan. Berdasarkan penelitian pendahuluan didapatkan di SDN 15 Surau Gadang sebanyak 80% anak sekolah tidak sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan pagi siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di SD N 15 Surau Gadang pada bulan Januari-Mei 2023. Sampel pada penelitian ini anak SD N 15 Surau Gadang kelas 4 dan 5 yaitu sebanyak 53 siswa. Data frekuensi makan sarapan pagi dan faktor-faktor mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi didapatkan dengan pengisian kuisioner.

Hasil penelitian didapatkan separoh siswa menyatakan jarang sarapan pagi dimana persentasenya 56.6%, sedangkan untuk faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi seperti tingkat pengetahuan kurang 18.9 %, peran keluarga kurang baik yaitu 41.5%, lingkungan sosial kurang baik yaitu 32.1%, orang tua yang tidak bekerja 45.3%, dan 67.9% yang menyatakan tingkat ekonomi/pendapatan orang tua rendah.

Disarankan kepada siswa agar sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah, dan kepada pihak sekolah membuat peraturan atau penyuluhan mengenai sarapan pagi itu penting sebelum berangkat ke sekolah.

**Kata kunci ( key word): Anak Sekolah Dasar, Sarapan Pagi  
Daftar pustaka (21)**

**POLYTECHNIC OF HEALTH MINISTRY OF HEALTH PADANG  
D-III DEPARTMENT OF NUTRITION**

**Final Assignment, 10 June 2023**

**Yola Prativa**

**Description of the Factors Influencing Students' Breakfast Habits at Public Elementary School 15 Surau Gadang, Nanggalo District, Padang City in 2023\_**

**vii+ 45 pages + 9 tables + 9 attachments**

**ABSTRAC**

According to the World Health Organization (WHO), elementary school children are children aged between 6-12 years. This group of children usually has a lot of attention and activities outside the home, so breakfast time (breakfast) is often forgotten. Breakfast really needs to be considered to prevent hypoglycemia and to make it easier for children to accept lessons. Based on 2018 Basic Health Research (Riskesdas) data, as many as 26% of Indonesian children only consume drinks at breakfast time. Based on preliminary research, it was found that at SDN 15 Surau Gadang, as many as 80% of school children did not have breakfast before going to school. This study aims to look at the description of the factors that influence students' breakfast habits at Public Elementary School 15 Surau Gadang, Nanggalo District, Padang City in 2023.

This type of research is descriptive with a cross sectional study design. This research was conducted at SD N 15 Surau Gadang from January to May 2023. The sample in this study was the children of SD N 15 Surau Gadang grades 4 and 5, namely 53 students. Data on the frequency of eating breakfast and the factors influencing the habit of eating breakfast were obtained by filling out a questionnaire.

The results of the study found that almost half said they rarely had breakfast where the percentage was 56.6%, while for the factors that influenced the habit of eating breakfast such as the level of knowledge was less 18.9%, the role of the family was not good, namely 41.5%, the social environment was not good, namely 32.1%, parents who do not work 45.3%, and 67.9% those who state the economic level/income of parents are low.

It is suggested to students to have breakfast before going to school, and to the school to make rules regarding breakfast it is important before going to school.

**Keywords (key word): Breakfast, Primary School Children  
List library (21)**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang. Dalam penyusunan tugas akhir ini, penulis sampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bimbingan, pengarahan, dorongan dan tuntunan dari Bapak Andrafikar, SKM, M. Kes selaku pembimbing utama Dr. Hermita Bus Umar SKM, MKM selaku pembimbing pendamping Tugas Akhir ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp., M.Kep.,Sp Jiwa selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Padang.
2. Ibu Rina Hasyati M. Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes RI Padang.
3. Bapak dan Ibu dosen terutama dosen mata kuliah Tugas Akhir beserta Civitas Akademika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes RI Padang.
4. Ayah , Umak, Buing , adik dan kakak serta keluarga tercinta yang membantu dalam setiap langkah dan selalu memotivasi penulis dalam pelaksanaan tugas akhir ini.
5. Sahabat telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Teman-teman DIII gizi angkatan 2020 yang telah membantu dalam proses perkuliahan serta penyelesaian tugas akhir ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Padang, 10 Juni 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>BIODATA PENULIS</b>	
<b>PERNYATAAN PERSEJUAN PEMBIMBING</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>PERYATAAN TIDAK PLAGIAT</b>	
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENYERAHAN TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b>	
<b>ABSTRAK</b>	
<b>ABSTRAC</b>	
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
1. Tujuan umum : .....	3
2. Tujuan Khusus : .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
1. Bagi Peneliti.....	4
2. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.....	4
3. Pihak Sekolah.....	4
E. Ruang Lingkup .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Sarapan Pagi .....	5
1. Definisi Sarapan Pagi.....	5
2. Kebiasaan Sarapan Pagi.....	6

3. Jumlah Asupan Pada Saat Sarapan .....	7
4. Manfaat sarapan pagi .....	7
5. Faktor yang Mempengaruhi Sarapan Pagi .....	9
6. Dampak sarapan pagi .....	15
B. Anak Sekolah Dasar .....	16
1. Definisi Anak Sekolah Dasar .....	16
2. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Dasar .....	18
C. Kerangka Teori .....	20
D. Kerangka Konsep .....	21
E. Definisi Operasional .....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	24
B. Tempat Waktu Penelitian .....	24
C. Populasi dan Sampel .....	24
F. Teknik Pengumpulan Data .....	25
1. Data Primer .....	25
2. Data Sekunder .....	25
G. Pengolahan Data .....	25
1. Editing .....	26
2. Coding .....	26
3. Entry .....	27
4. Cleaning .....	27
5. Processing .....	27
H. Analisis Data .....	27
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum .....	29
1. Gambaran Umum Lokasi .....	29
2. Gambaran Umum Demografi .....	29
3. Gambaran Umum Responden .....	30
B. Hasil penelitian .....	30
1. Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi .....	30

2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan .....	31
3. Distribusi Frekuensi Peran Keluarga .....	32
4. Distribusi Frekuensi Lingkungan Sosial .....	32
5. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua (Ibu) .....	33
6. Distribusi Frekuensi Tingkat Ekonomi / Pendapatan Ayah.....	33
C. Pembahasan.....	34
1. Frekuensi Sarapan Pagi.....	34
2. Tingkat pengetahuan .....	35
3. Peran keluarga.....	37
4. Lingkungan sosial .....	38
5. Pekerjaan orang tua (Ibu).....	39
6. Tingkat ekonomi / Pendapatan Ayah.....	40
<b>BAB III KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	42
B. Saran.....	42
1. Bagi puskesmas.....	43
2. Bagi masyarakat.....	43
3. Bagi peneliti selanjutnya.....	43
4. Bagi siswa dan keluarga.....	43

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1 Kerangka Teori .....</b>	<b>21</b>
<b>Gambar 2 Kerangka Konsep .....</b>	<b>22</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1 Definisi Operasional.....</b>	<b>23</b>
<b>Tabel 2 Rincian tugas masing-masing staf .....</b>	<b>35</b>
<b>Tabel 3 Distribusi Karakteristik Siswa berdasarkan Jenis Kelamin Kelas IV dan V SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>35</b>
<b>Tabel 4 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>36</b>
<b>Tabel 5 Distribusi frekuensi peran keluarga Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>37</b>
<b>Tabel 6 Distribusi frekuensi lingkungan sosial Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>37</b>
<b>Tabel 7 Distribusi frekuensi pekerjaan orang tua Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 8 Distribusi frekuensi tingkat ekonomi/pendapatan orang tua Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 9 Distribusi frekuensi tingkat ekonomi / pendapatan orang tua Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023 .....</b>	<b>39</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran A : Pernyataan Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian**
- Lampiran B : Kuisisioner Kebiasaan Sarapan Pagi**
- Lampiran C : Kuisisioner Tingkat Pengetahuan**
- Lampiran D : Kuisisioner Peran Keluarga**
- Lampiran E : Kuisisioner Lingkungan Sosial**
- Lampiran F : Kuisisioner Pekerjaan dan Tingkat Ekonomi**
- Lampiran G : Hasil Output SPSS**
- Lampiran H : Master Tabel**
- Lampiran I : Dokumentasi**

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak sekolah dasar menurut WHO (*World Health Organisation*) yaitu golongan anak yang berusia antara 6-12 tahun. Cenderung mengikuti pola makan teman sebayanya, yang kadang tidak mengandung cukup zat-zat pembangun. Aktivitas sekolah juga membuat anak mengabaikan kebutuhan fisiknya. Menurut *American Dietetic Association*, anak yang selalu sarapan memiliki daya konsentrasi, keterampilan menyelesaikan masalah, serta koordinasi mata-tangan yang lebih baik juga kreatif dan rajin.<sup>1</sup>

Golongan anak usia sekolah biasanya mempunyai banyak perhatian dan aktivitas diluar rumah, sehingga waktu makan pagi (sarapan) sering dilupakan. Sarapan sangat perlu diperhatikan untuk mencegah hipoglikemia dan agar anak lebih mudah untuk menerima pelajaran.<sup>2</sup>

Sarapan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas di pagi hari dan menyumbangkan gizi sekitar 15%-30% dari kebutuhan kalori sehari.<sup>2</sup> Berdasarkan rekomendasi WHO, sarapan yang baik dan memenuhi kriteria gizi adalah sarapan yang menyuplai karbohidrat (55-65%), protein (12-15%), lemak (24-30%). Jumlah energi yang harus terpenuhi dalam sarapan yaitu sekitar 370-555 kkal dan protein sekitar 9,8-14,7 gram.<sup>3</sup>

Berdasarkan penelitian masih banyak anak yang mengabaikan sarapan di berbagai negara di dunia. Jepang sebagai salah satu negara maju di dunia menunjukkan kejadian melewatkan sarapan rata-rata di sekolah menengah

yaitu 18% dan 4% pada anak sekolah dasar. Negara berkembang seperti Indonesia, Filipina, Thailand, Malaysia, dan Singapura ditemukan 13% orang dengan kelompok umur yang berbeda mengabaikan sarapan. Data survei kesehatan nasional di Amerika Serikat yang dilakukan pada 4.320 anak sekolah dasar menunjukkan 20% anak - anak sekolah yang melewatkan sarapan pagi.<sup>4</sup>

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 26 % anak Indonesia hanya mengonsumsi minuman pada waktu sarapan, baik air putih, teh atau susu.<sup>5</sup> Penelitian juga dilakukan oleh Andriani (2018) di Sekolah Dasar di kota Padang didapatkan 63,1 % anak yang tidak biasa sarapan pagi.<sup>4</sup>

Berdasarkan Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 27 Oktober 2022 di SD N 15 Surau Gadang didapatkan bahwa dari 10 orang siswa yang tidak sarapan 80% dan yang sarapan 20%. Anak yang tidak sarapan pagi akan mengalami kekosongan lambung sehingga kadar gula darah akan menurun. Padahal gula darah merupakan sumber energi utama bagi otak.

Dampak negatifnya adalah ketidak seimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian anak akan sulit untuk dapat menerima pelajaran dengan baik, gairah belajar dan kecepatan reaksi juga akan menurun.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan

Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : Bagaimana Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum :**

Untuk Mengetahui Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023

### **2. Tujuan Khusus :**

- a. Diketahui distribusi frekuensi kebiasaan sarapan pagi siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
- b. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
- c. Diketahui distribusi frekuensi peran keluarga siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
- d. Diketahui distribusi frekuensi lingkungan sosial siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
- e. Diketahui distribusi frekuensi pekerjaan orang tua siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023

- f. Diketahui distribusi frekuensi tingkat ekonomi di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan pengalaman penelitian di bidang Gizi Masyarakat, sekaligus sebagai media untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh saat kuliah.

##### **2. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang**

Sebagai referensi di Perpustakaan tentang gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi sarapan pagi murid SDN 20 Kurao Pagang Kecamatan Nanggalo Kota Padang.

##### **3. Pihak Sekolah**

Bagi Murid SDN 20 Kurao Pagang Kecamatan Nanggalo Kota Padang memberikan informasi dan pengetahuan murid SDN 20 Kurao Pagang tentang pentingnya sarapan pagi.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini meliputi tentang Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023 siswa kelas 4 dan 5. Penelitian ini akan dilaksanakan dari bulan Januari 2023 – Mei 2023 di SD N 15 Surau Gadang menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain studi *cross sectional*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Sarapan Pagi**

##### **1. Definisi Sarapan Pagi**

Sarapan pagi termasuk dalam Pedoman Gizi Seimbang Tahun 2014 pada pesan ke enam. Kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas.<sup>8</sup> Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat aktif dan produktif. Makan pagi dengan makanan yang beraneka ragam akan memenuhi kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesegaran tubuh dan meningkatkan produktivitas dalam bekerja. Makan pagi atau sarapan mempunyai peranan penting bagi anak sekolah usia 6-14 tahun, yaitu untuk pemenuhan gizi di pagi hari, dimana anak-anak berangkat ke sekolah dan mempunyai aktivitas yang sangat padat di sekolah Sarapan biasanya dilakukan berkisar jam 6-10 pagi.<sup>9</sup>

Sarapan sehat setiap pagi dapat diwujudkan dengan bangun pagi, mempersiapkan dan mengonsumsi makanan dan minuman pagi sebelum melakukan aktifitas harian. Sarapan yang baik terdiri dari pangan karbohidrat, pangan lauk-pauk, sayuran atau buah-buahan dan minuman.

Bagi orang yang tidak biasa makan kudapan pagi dan kudapan siang, porsi makanan saat sarapan sekitar sepertiga dari total makanan sehari.

Bagi orang yang biasa makan kudapan pagi dan makanan kudapan siang, jumlah porsi makanan sarapan sebaiknya seperempat dari makanan harian.<sup>10</sup>

Sarapan yang baik harus mengandung makanan sumber karbohidrat, protein, tinggi serat, dan rendah lemak. Sarapan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi di pagi hari, sebagai bagian dari pemenuhan gizi seimbang dan bermanfaat dalam mencegah hipoglikemia, menstabilkan kadar glukosa darah, dan mencegah dehidrasi setelah berpuasa sepanjang malam. Manusia membutuhkan sarapan pagi karena dalam sarapan ada ketersediaan energi yang digunakan untuk jam pertama dalam melakukan aktifitas.<sup>11</sup>

## **2. Kebiasaan Sarapan Pagi**

Kebiasaan makan pada anak usia sekolah tergantung pada kehidupan sosial di sekolah. Anak usia sekolah cenderung lebih menyukai makan secara bersamaan deng/an teman sekolahnya. Kadang-kadang anak malas makan di rumah, hal ini disebabkan akibat stres atau sakit. Kebiasaan makan anak yang dianalisis pada penelitian ini adalah kebiasaan sarapan dan jajan.<sup>9</sup>

Sarapan merupakan bagian bagian dari kegiatan yang harus dipenuhi oleh setiap insan manusia, karena melalui makan kita dan baru mempunyai energi untuk melakukan aktivitas hidup. Anak usia sekolah dasar, yang dikategorikan masih dalam taraf perkembangan dan pertumbuhan, maka sarapan mutlak sangat diperlukan untuk menunjang aktivitasnya. Terutama

di jam-jam belajar sekolah, energi yang diperlukan untuk belajar sangat bergantung dari asupan gizi yang diperoleh dari makanan yang dimakan. Apabila anak tidak sarapan, maka energi yang dibutuhkan untuk berpikir tidak mendukung, dampaknya anak tidak konsentrasi untuk belajar karena perut kosong sehingga berpengaruh terhadap hasil belajarnya.<sup>9</sup>

Sarapan pagi menjadi sangat penting, karena kadar gula dalam darah akan menurun sekitar dua jam setelah seseorang bangun tidur. Jika anak tidak sarapan, dia biasanya akan merasa lemas atau lesu sebelum tengah hari karena gula darah dalam tubuh sudah menurun.<sup>9</sup>

### **3. Jumlah Asupan Pada Saat Sarapan**

Sarapan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi di pagi hari, sebagai bagian dari pemenuhan gizi seimbang dan bermanfaat dalam membantu mencegah hipoglikemia, menstabilkan kadar glukosa darah, dan mencegah dehidrasi setelah berpuasa sepanjang malam.<sup>11</sup> Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian.<sup>10</sup> Sarapan yang baik akan menyumbang energi sebanyak 20%-25 %. Dengan status gizi yang baik atau optimal memungkinkan pertumbuhan fisik, pertumbuhan otak, kemampuan kerja otak. Kebutuhan energi 20%-25 % berkisar 400-500 kalori dan 8-9 gram protein.<sup>12</sup>

### **4. Manfaat sarapan pagi**

- a. Sarapan merupakan pemasok energi awal, khususnya sumber energi glukosa bagi otak, sangat dianjurkan bagi semua orang. Glukosa sangat

berpengaruh dalam mekanisme daya ingat kognitif (memori) seseorang karena menjadi bahan bakar bagi otak. Manfaat sarapan terpenting untuk tubuh yaitu dapat membantu mempertahankan kadar glukosa dalam darah.<sup>13</sup>

- b. Makan pagi atau sarapan pagi mempunyai peranan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, karena dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran di sekolah. Kebiasaan sarapan pagi memiliki dampak positif dengan menyediakan kadar glukosa darah optimal untuk proses belajar di sekolah. Kadar gula darah optimal dapat mendukung prestasi belajar dan fungsi kognitif.<sup>13</sup> Sarapan pagi bermanfaat untuk konsentrasi belajar, mekanisme sarapan pagi yaitu selama proses pencernaan, karbohidrat di dalam tubuh dipecah menjadi molekul-molekul gula sederhana yang lebih kecil, seperti fruktosa, galaktosa dan glukosa. Glukosa ini merupakan bahan bakar otak sehingga dapat membantu dalam mempertahankan konsentrasi, meningkatkan kewaspadaan, dan memberi kekuatan untuk otak.<sup>9</sup>
- c. Sarapan yang baik adalah makanan yang banyak mengandung karbohidrat karena akan merangsang glukosa dan mikro nutrient dalam otak yang dapat menghasilkan energi, selain itu berfungsi memacu otak agar membantu memusatkan pikiran atau konsentrasi untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran. Manfaat sarapan sehat pada anak sekolah adalah meningkatkan pertumbuhan, serta meningkatkan

konsentrasi dan daya ingat. Sedangkan pada kelompok pekerja adalah untuk meningkatkan produktivitas kerja.<sup>11</sup>

- d. Status gizi yang normal bagi anak yang tidak sarapan mempunyai risiko terhadap status gizi. Anak yang tidak sarapan akan cenderung mengkonsumsi makanan jajanan. Jajan yang terlalu sering dapat mengurangi nafsu makan anak di rumah. Selain itu banyak makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan sehingga akan mengganggu kesehatan anak. Makanan jajanan yang dibeli atau dikonsumsi banyak mengandung energi dan lemak seperti makanan gorengan dan lainlain yang berpeluang menjadi gemuk sedangkan kalau jajanan yang dibeli seperti makanan ringan, es, permen yang memiliki kalori sedikit sehingga kalau ini dikonsumsi tiap hari maka anak akan menjadi gizi kurang.<sup>11</sup>

## **5. Faktor yang Mempengaruhi Sarapan Pagi**

### **a. Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebelum orang menghadapi perilaku baru, di dalam diri seseorang terjadi proses berurutan yakni : Awareness (kesadaran) di mana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus. Interest (merasa tertarik) terhadap obyek atau stimulus tersebut bagi dirinya. Trail yaitu subjek

mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.<sup>9</sup>

Pengetahuan (kognitif) merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.<sup>11</sup> Rendahnya pengetahuan gizi akan menimbulkan sikap acuh terhadap bahan makanan tertentu, walaupun bahan makanan tersebut cukup tersedia dan bergizi. Pengetahuan gizi seseorang diperoleh dari berbagai macam sumber, misalnya media massa, elektronik, buku petunjuk, penyuluhan dan kerabat dekat.<sup>9</sup>

#### b. Peran Keluarga

Keluarga merupakan unit dasar dalam masyarakat dan merupakan lembaga sosial yang memiliki pengaruh paling besar terhadap anggotanya. Keluarga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan anggotanya, memberikan asuhan fisik, emosional, mengarahkan pembentukan kepribadian. Kebiasaan makan terjadi oleh peranan keluarga, yang mana keluarga secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan preferensi terhadap makanan.<sup>14</sup>

Keluarga berperan positif terhadap kebiasaan makan anggota keluarga, karena mempraktekkan menu sehari-hari, yang memenuhi kebutuhan terhadap zat-zat gizi. Pada masa anak-anak, orang yang sangat berperan dalam membentuk perilaku makan adalah Ibu, atau orang yang mempersiapkan dan memberikannya makan, dan yang mengajarkannya bagaimana bereaksi terhadap makanan. Perilaku dan

kebiasaan orangtua dalam hal makanan yang dipengaruhi oleh faktor budaya akan mempengaruhi sikap suka dan tidak suka seorang anak terhadap makanan.<sup>11</sup> Orangtua dan saudara kandung yang lebih tua memiliki pengaruh paling besar terhadap perilaku makan anak yang berhubungan dengan makanan dan pilihan makanan selama masa usia sekolah.<sup>14</sup>

Makan bersama dalam satu keluarga dapat dijadikan sebagai salah satu wadah untuk menjalin komunikasi antar anggota keluarga, ketika di waktu lain masing – masing disibukkan oleh aktivitas di luar. Sebuah studi yang dilakukan terhadap sekelompok usia 9 – 14 tahun menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara kegiatan makan bersama dalam keluarga dengan kualitas diet anak secara menyeluruh.<sup>14</sup>

Faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan siswa salah satunya peran ibu. Suatu kebiasaan yang teratur dalam keluarga akan membentuk kebiasaan yang baik bagi anak-anak. Anak-anak tidak dibiasakan jajan di warung saat istirahat. Selanjutnya pola makan dalam keluarga juga diperhatikan, frekuensi makan bersama dalam keluarga, pembiasaan makan yang seimbang gizinya, banyak makan buah-buahan atau sayur-sayuran diantara makan besar, dan tidak membiasakan konsumsi makanan dan minuman yang manis–manis.<sup>14</sup>

Peran orang tua terutama ibu memiliki pengaruh besar dalam membentuk kebiasaan sarapan anak. Sarapan pada anak usia ini

memerlukan seseorang yang lebih dewasa untuk menyiapkan dan pada umumnya adalah tugas ibu. Diharapkan seorang ibu menganjurkan anak makan pagi dirumah sebelum memulai aktivitas. Ibu juga berperan dalam menentukan menu sarapan yang baik untuk anak.<sup>14</sup>

### c. Lingkungan Sosial

Lingkungan dikelompokkan menjadi dua, yakni lingkungan fisik yang antara lain terdiri dari suhu, kelembaban udara, dan kondisi tempat belajar. Sedangkan faktor lingkungan yang kedua adalah lingkungan sosial, yakni manusia dengan segala interaksinya serta representasinya seperti keramaian atau kegaduhan, lalu lintas. Kebiasaan lingkungan juga dapat memiliki pengaruh yang bermakna pada kebiasaan sarapan anak, sehingga untuk memfasilitasi terbentuknya kebiasaan sarapan diperlukan pula intervensi bukan saja pada orang tua tetapi juga lingkungan sekitar untuk mendorong kebiasaan tersebut.<sup>9</sup>

Anak usia sekolah mempunyai lingkungan sosial yang lebih luas selain lingkungan keluarganya, yaitu lingkungan sekolah tempat anak belajar mengembangkan kemampuan kognitif, interaksi sosial, nilai moral dan budaya dari lingkungan kelompok teman sekolah dan guru. Bahkan bermain dengan teman sekolah dirasakan anak sebagai sesuatu yang lebih menyenangkan dari pada bermain di lingkungan rumah.<sup>9</sup>

Lingkungan sekolah termasuk guru juga berperan dalam pembentukan perilaku anak usia sekolah. Guru mempunyai tanggung jawab memberi ilmu pengetahuan sehingga mempunyai sikap positif dan melakukan tindakan atau perilaku yang baik antara lain perilaku sehat. Teman sebaya mempengaruhi perilaku makan anak. Hubungan teman sebaya dan aktivitas di luar rumah memainkan peranan yang lebih besar dalam kehidupan anak usia sekolah. teman sebaya mempunyai pengaruh kuat terhadap perilaku anak usia sekolah dalam memilih makanan yang tidak sehat.<sup>9</sup>

d. Pekerjaan Orang Tua (Ibu)

Ketersediaan sarapan berkaitan dengan penyediaan sarapan yang dilakukan oleh ibu. Jika ibu bekerja, maka ketersediaan waktu untuk menyiapkan sarapan juga akan berkurang karena harus menyiapkan diri untuk pergi bekerja. Pekerjaan di Indonesia dapat diklasifikasikan menjadi 5 golongan, yaitu :

- 1) Golongan Pegawai Negeri, merupakan mereka yang telah memenuhi syarat - syarat yang telah ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan disertai tugas dalam suatu jabatan negeri tertentu serta digaji menurut peraturan perundang - undangan yang berlaku. Pegawai negeri dibagi menjadi dua bagian yaitu pegawai negeri yang terdiri dari pegawai negeri pusat dan daerah dan pegawai negeri lain seperti TNI dan POLRI.

- 2) Golongan pegawai swasta, merupakan mereka yang bekerja pada instansi non pemerintahan atau mereka yang bekerja pada perusahaan swasta.
- 3) Golongan pedagang, adalah mereka yang memiliki perusahaan/bidang usaha yang besar maupun kecil.
- 4) Golongan petani, nelayan dan perkebunan merupakan mereka yang mata pencahariannya dari hasil bumi atau sumber daya alam yang tersedia di laut dan di darat. Misalnya hasil bercocok tanam, memancing dan berkebun.
- 5) Golongan buruh adalah mereka yang bekerja menjual jasa seperti tukang becak, tukang bangunan, tukang batu dan pekerjaan yang berkaitan dengan pekerjaan mereka.

Adanya hubungan yang antara pekerjaan ibu dengan kebiasaan sarapan sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada anak sekolah di Pondok Labu yang menyatakan bahwa kebiasaan sarapan dipengaruhi oleh ketersediaan sarapan yang juga dipengaruhi oleh pekerjaan ibu. Pekerjaan ibu akan mempengaruhi dalam ketersediaan sarapan di pagi hari. Ibu yang tidak bekerja cenderung memiliki waktu yang banyak untuk menyiapkan sarapan dibandingkan dengan ibu yang bekerja di pagi hari. Ibu yang bekerja di pagi hari cenderung tidak sempat menyiapkan sarapan untuk anak di pagi hari sehingga akan mempengaruhi kebiasaan sarapan anak.<sup>15</sup>

#### e. Tingkat Ekonomi / Pendapatan orang tua

Salah satu faktor yang berperan dalam menentukan status kesehatan seseorang adalah tingkat sosial ekonomi. Tingkat sosial ekonomi meliputi pendidikan, pendapatan, dan pekerjaan yang merupakan penyebab secara tidak langsung dari masalah gizi. Masalah gizi pada umumnya disebabkan oleh masalah ekonomi, kurangnya pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan. Kekurangan gizi juga berhubungan erat dengan lambatnya pertumbuhan tubuh terutama pada anak, daya tahan tubuh rendah sehingga mudah sakit. Sarapan pagi bagi anak sangatlah penting, karena waktu sekolah merupakan aktivitas yang membutuhkan energi dan kalori yang cukup besar.

Pendapatan orang tua adalah pendapatan orang tua siswa berupa uang yang diterima sebagai balas jasa dari kegiatan baik sector formal dan informal selama satu bulan (Maftuhah 2007). Ekonomi yang rendah salah satu faktor sangat dominan yang dialami oleh banyak keluarga dalam memenuhi gizi anak. Banyak orang tua yang merasa kesulitan penyebabnya adalah ekonomi yang lemah, penghasilan dari pekerjaan kurang mencukupi, sehingga berimbas kepada kesehatan anak.<sup>14</sup>

### **6. Dampak sarapan pagi**

Meninggalkan sarapan pagi akan menyebabkan tubuh kekurangan glukosa sehingga berakibat pada semua aktivitas tubuh seperti kemampuan berpikir dan konsentrasi terganggu. Siswa yang tidak sarapan, kurang

dapat mengerjakan tugas di kelas yang memerlukan konsentrasi, sehingga mereka mendapat nilai hasil ujian yang rendah, menurunnya daya ingat bahkan sering absen di kelas karena sakit.

Kebiasaan mengabaikan sarapan pagi mengakibatkan tubuh tidak mendapatkan asupan zat gizi yang cukup, sehingga menurunkan status gizi dan akhirnya kembali mempengaruhi prestasi belajar anak. Melewatkan waktu sarapan pagi berarti terjadi keterlambatan asupan zat gizi (asupan gula ke dalam sel darah) sehingga dapat menurunkan daya konsentrasi anak sewaktu belajar yang timbul karena rasa malas, lemas serta mengantuk.<sup>5</sup>

## **B. Anak Sekolah Dasar**

### **1. Definisi Anak Sekolah Dasar**

Usia sekolah dasar adalah usia dimana seorang anak mengikuti jenjang pendidikan formal paling dasar yang ditempuh dalam waktu enam tahun, mulai dari kelas satu sampai kelas enam. Siswa sekolah dasar pada umumnya berusia 7-12 tahun. Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh berkembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar.

Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian gizi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ organ dan sistem tubuh anak. Foodborne diseases atau penyakit bawaan makanan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di banyak negara. <sup>11</sup>

Pada usia anak masuk sekolah yaitu usia 7-12 tahun anak mulai masuk ke dalam dunia baru dimana dia mulai banyak berhubungan dengan dunia luar keluarganya dan dia berkenalan pula dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya. Hal ini tentu saja mempengaruhi kebiasaan makan mereka, pengalaman-pengalaman baru, kegembiraan di sekolah, rasa takut kalau terlambat tiba di sekolah menyebabkan anak sering menyimpang dari kebiasaan makan yang sudah diberikan kepada mereka. Untuk memberikan makanan yang benar pada anak usia sekolah harus dilihat dari banyak aspek, seperti ekonomi, sosial, budaya, agama, disamping aspek medik dari anak itu sendiri.

Makanan pada anak usia sekolah harus serasi, selaras dan seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. Selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial budaya serta agama dari keluarga. Sedangkan seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein dan lemak. Ristiana dalam penelitiannya mengenai hubungan pengetahuan,

sikap, tindakan sarapan dengan status gizi dan indeks prestasi anak sekolah dasar.<sup>11</sup>

## **2. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Dasar**

Kebutuhan gizi anak sekolah dasar sesuai dengan kecukupan gizi yang dianjurkan menurut kelompok umur dan jenis kelamin sebagai berikut :

### **a. Kebutuhan Energi**

Pada kelompok umur 7-9 tahun, kecukupan energi yang dibutuhkan sebesar 1900 kalori (80 kal/kg BB/hari) dan untuk kelompok umur 10-12 tahun kecukupan energi antara laki-laki dan perempuan, dimana untuk laki-laki sebesar 2000 kalori (66 kal/kg BB/hari) dan untuk wanita sebesar 1900 kalori (55 kal/kg BB/hari). Perbedaan ini didasarkan pada ukuran tubuh, aktivitas dan angka percepatan pertumbuhan.<sup>11</sup>

### **b. Kebutuhan Protein**

Protein diperlukan untuk pertumbuhan otot dan pembentukan darah beserta komponen-komponennya. Kebutuhan protein yang dianjurkan adalah 10-15% dari total kalori yang dibutuhkan, berdasarkan Pola Pangan Harapan sekitar setengah dari 10-15% tersebut berasal dari pangan hewani. Pada anak fungsi terpenting protein adalah untuk pertumbuhan. Bila kekurangan protein berakibat pertumbuhan yang lambat dan tidak dapat mencapai kesehatan dan pertumbuhan yang normal. Kecukupan protein juga esensial untuk

membangun antibodi sebagai pelindung dari penyakit infeksi. Untuk pertumbuhan yang optimal diperlukan masukan protein dalam jumlah yang cukup. Konsumsi protein berlebihan juga berdampak kurang baik karena akan menyebabkan dehidrasi dan suhu badan sering naik.<sup>11</sup>

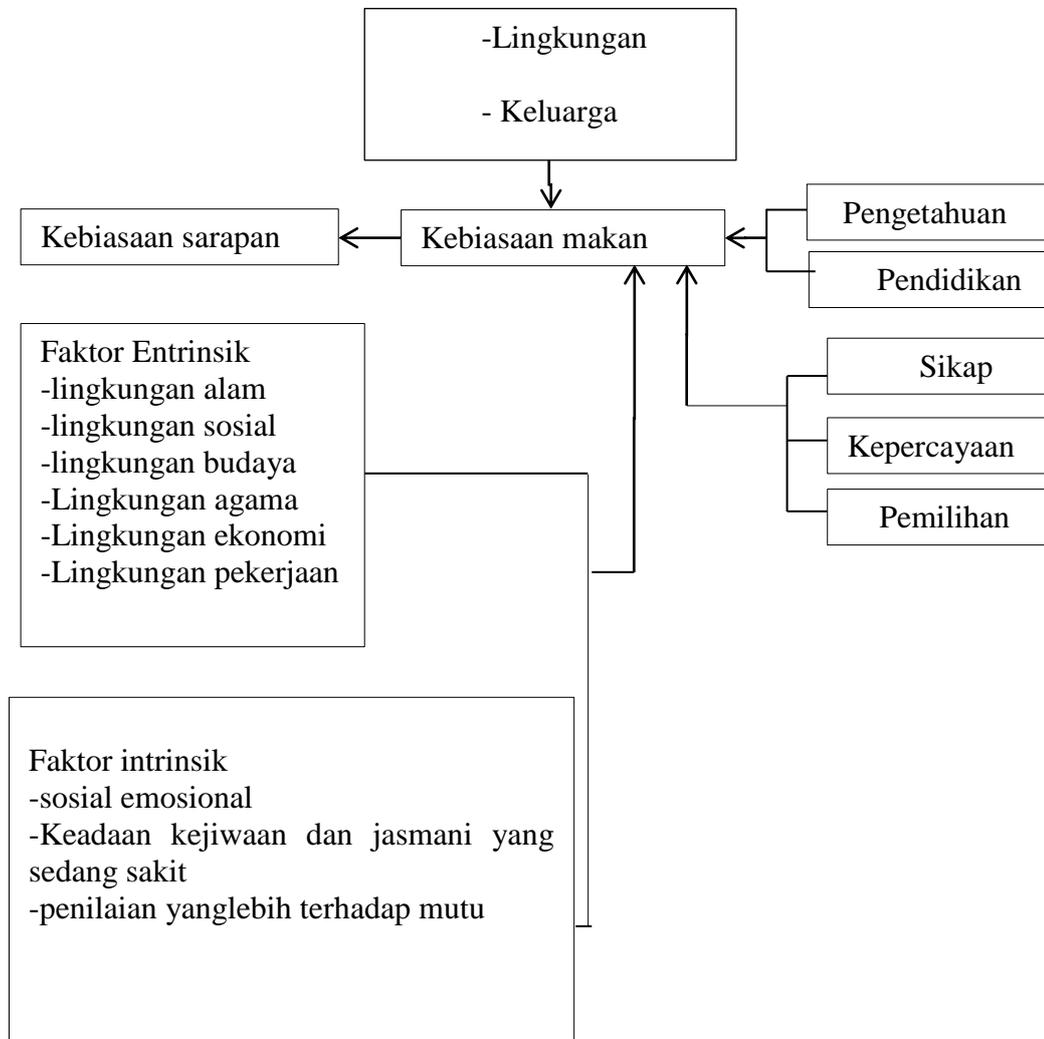
c. Kebutuhan lemak

Lemak merupakan zat gizi esensial yang berfungsi untuk sumber energi, penyerapan beberapa vitamin dan memberikan rasa enak dan kepuasan terhadap makanan. Selain fungsi di atas, lemak juga sangat esensial untuk pertumbuhan, terutama untuk komponen membran sel dan komponen sel otak. Lemak yang esensial untuk pertumbuhan anak disebut lemak linoleat dan asam lemak alpha linoleat.<sup>11</sup>

d. Kebutuhan karbohidrat

Terdiri dari gula atau karbohidrat sederhana/monosakarida (glukosa, fruktosa, dan galaktosa) atau disakarida (glukosa, laktosa, dan maltosa), tepung dan serat makanan merupakan sumber energi makanan. Tepung, glikogen dan serat makanan (selulosa, pektin) sebagai karbohidrat kompleks tidak bisa dicerna sehingga tidak memberikan energi tetapi masih sangat penting dalam mencegah penggunaan protein menjadi energi. Asupan zat gizi diperlukan untuk memenuhi kebutuhan fisik dan mental anak. Karena fisik dan mental merupakan sesuatu yang berbeda namun saling berkaitan. Makanan yang kaya akan nutrisi sangat memengaruhi tumbuh kembang otak dan organ-organ lainnya.<sup>11</sup>

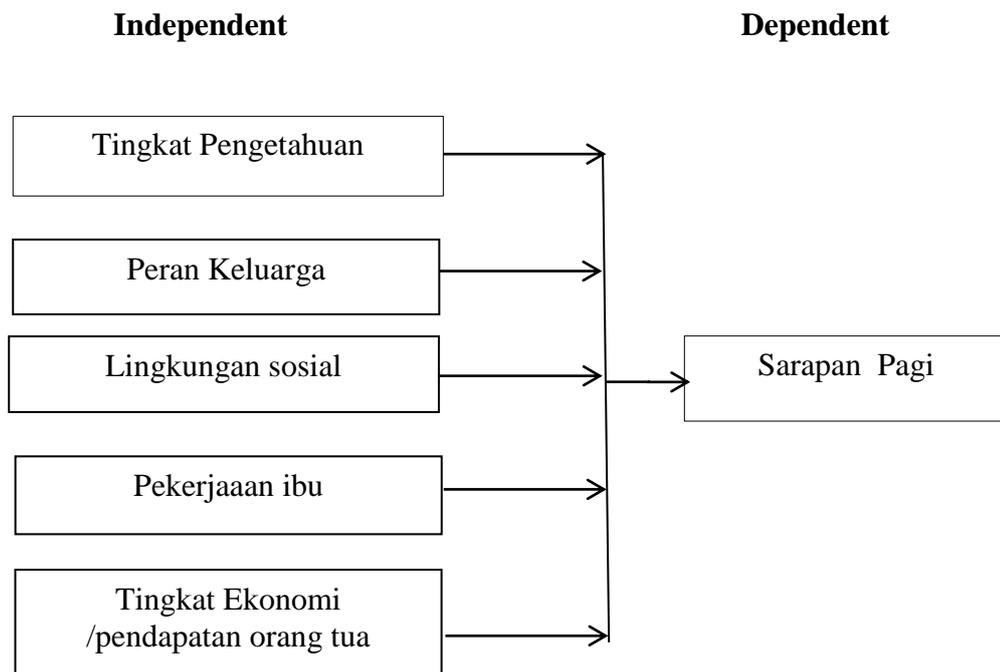
### C. Kerangka Teori



Sumber : Khumaidi, 1994 dan Roedjito, 1989

#### D. Kerangka Konsep

Dari kerangka teori yang ada maka peneliti akan memilih kerangka konsep untuk melakukan penelitian yaitu, tingkat pengetahuan, peran keluarga keluarga, lingkungan sosial, pekerjaan orang tua, dan tingkata ekonomi pendapatan.



### E. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1.	Sarapan pagi	Sarapan adalah kegiatan makan atau minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian.	Angket	Kuisioner	1. Sering jika sarapan pagi $\geq$ 4 kali dalam seminggu 2. jarang jika sarapan pagi $<$ 4 kali dalam seminggu (Kumala, 2013)	Ordinal
2.	Tingkat Pengetahuan	Pengetahuan adalah kemampuan responden untuk menjawab pertanyaan mengenai kebiasaan sarapan pagi	Angket	Kuesioner	Dikelompokkan menjadi 2 kategori : 1. Baik jika bisa menjawab pertanyaan 4-6 pertanyaan. 2. Kurang jika hanya bisa menjawab pertanyaan 0-3 pertanyaan. (Khomsan dalam asfar, 2008)	Ordinal
3.	Peran keluarga	Peran keluarga adalah Cara keluarga dalam menjalankan perannya pada anak saat menyiapkan sarapan pagi	Angket	Kuesioner	Dikelompokkan menjadi 2 kategori : 1. Baik jika bisa menjawab 4-6 pertanyaan 2. kurang jika hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan (Rohayati 2003)	Ordinal
4.	Lingkungan sosial	Merupakan lingkungan sekitarmatau	Angket	Kuesioner	Dikelompokkan menjadi 2 kategori :	Ordinal

		teman sebaya yang dapat mempengaruhi responden mengenai kebiasaan sarapan pagi			1. Baik jika bisa menjawab 4-6 pertanyaan.  2. Kurang jika hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan.	
5.	Pekerjaan orang tua	Pekerjaan adalah seseorang mempunyai pekerjaan secara tetap dan menerima gaji setiap bulannya	Angket	Kuesioner	Di kelompokkan menjadi 2 kategori yaitu : 1. Bekerja 2. Tidak bekerja (Wiltshire, 2016)	Nominal
6.	Tingkat Ekonomi / pendapatan orang tua	Semua penerimaan baik tunai atau non tunai yang merupakan hasil dan penjualan barang atau jasa pada jangka waktu tertentu	Angket	Kuesioner	Di kelompokkan menjadi 2 kategori yaitu : 1. Tinggi $\geq 2.500.000$ 2. Rendah $\leq 2.5000.000$ (UMR Kota Padang)	Ordinal

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu bentuk analisis empiris atau investigasi yang sistematis menjadi suatu makna tertentu. Maksud sistematis di sini adalah melalui proses yang direncanakan, mengikuti aturan yang berlaku dalam prinsip penelitian kualitatif. Sedangkan kata “empiris” dalam pengertian tersebut berarti suatu bentuk analisis atau investigasi yang bersifat langsung dari kejadian atau pengalaman yang sebenarnya.<sup>16</sup>

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain *Cross Sectional*, yaitu adalah untuk melihat Gambaran Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan siswa di SD N 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023.

##### **B. Tempat Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023 . Pelaksanaan penelitian dimulai dari bulan Januari - Mei 2023.

##### **C. Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan seluruh subjek yang akan diteliti dan memenuhi karakteristik yang ditentukan atau wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik

kesimpulannya.<sup>18</sup> Populasi pada penelitian kali ini adalah anak kelas 4 dan 5 di SD Negeri 15 Surau yang berjumlah 53 orang siswa.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini yang akan dijadikan sampel adalah sebanyak 53 orang siswa.

## **A. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Data Primer**

Data primer adalah data yang dikumpulkan peneliti di SD Negeri 15 Surau Gadang. Data primer meliputi data kebiasaan sarapan pagi, tingkat pengetahuan, peran keluarga, lingkungan sosial, pekerjaan orang tua dan tingkat ekonomi dan yang mana diperoleh dari wawancara dengan responden menggunakan kuesioner.

### **2. Data Sekunder**

Data sekunder adalah data yang meliputi data identitas responden yang diperoleh dari buku absensi murid serta data gambaran umum SD N 15 Surau Gadang.

## **B. Pengolahan Data**

Teknik pengolahan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengolahan data kebiasaan sarapan pagi dan nilai prestasi belajar siswa secara komputerisasi menggunakan Microsoft Excel dan Program SPSS. Pengolahan data dilakukan dengan beberapa tahap, adapun langkah – langkah dalam pengolahan data secara komputerisasi adalah sebagai berikut.

## 1. Editing

Merupakan pengecekan untuk melihat kelengkapan kuesioner yang diisi. Apabila ada kuesioner yang belum lengkap terisi atau terjadi kesalahan dalam pengisian dilengkapi kembali dengan mengunjungi responden penelitian. Tujuan editing ini adalah untuk melengkapi data yang kurang serta memastikan data yang diperoleh adalah data yang benar dan lengkap.

## 2. Coding

Setelah data yang ada sudah diedit maka dilakukan coding. Pada tahap ini data yang diperoleh diberi kode untuk masing-masing jawaban yang ada pada kuesioner agar mudah dalam memasukkan data.

### a. Kebiasaan sarapan Pagi

Sering bila frekuensi sarapan pagi  $> 4$  kali dalam seminggu = 1

Jarang bila frekuensi sarapan pagi  $< 4$  kali dalam seminggu = 2

### b. Tingkat Pengetahuan

Baik, jika bisa menjawab 4-6 pertanyaan = 1

Kurang, jika hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan = 2

### c. Peran keluarga

Baik jika bisa menjawab pertanyaan 4-6 pertanyaan = 1

Kurang jika hanya bisa menjawab pertanyaan 0-3 pertanyaan = 2

### d. Lingkungan sosial

Baik jika bisa menjawab pertanyaan 4-6 pertanyaan = 1

Kurang jika hanya bisa menjawab pertanyaan 0-3 pertanyaan = 2

e. Pekerjaan orang tua

Bekerja = 1

Tidak bekerja = 2

f. Tingkat Ekonomi

Tinggi  $>2.500.000 = 1$

Rendah  $<2.5000.0000 = 2$

### **3. Entry**

Entry adalah jawaban jawaban dari masing masing responden yang dalam bentuk coding ( angka atau huruf ) di masukkan ke dalam program atau software yaitu SPSS yang biasanya sering digunakan untuk “entry data”.

### **4. Cleaning**

Data yang telah dientri, dilakukan pembersihan dengan cara memeriksa apakah ada kesalahan atau tidak dengan cara melihat distribusi frekuensi setiap variabel.

### **5. Processing**

Dilakukan dengan menggunakan program statistik kuesioner dibuat dengan memberikan skor dan kode pada masing-masing pertanyaan yang telah ditentukan, kemudian hasil pengolahan data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

## **C. Analisis Data**

Hasil olahan disajikan dalam bentuk presentase yang menggunakan tabel distribusi frekuensi dan analisis secara deskriptif. Analisis univariat

bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan sarapan pagi di SD N 15 Surau Gadang. Keseluruhan data dalam kuesioner diolah dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Umum**

#### **1. Gambaran Umum Lokasi**

SD Negeri 15 Surau Gadang terletak pada Jalan Wira Sakti VI Perumdam Siteba. Batas-batas wilayah Jalan Wira Sakti VI Perumdam Siteba yaitu :

Sebelah Utara berbatasan dengan : Perumdam 2

Sebelah Selatan berbatasan dengan : Perumdam 1

Sebelah Barat berbatasan dengan : Kompi bantuan

Sebelah Timur berbatasan dengan : Perumdam 2

#### **2. Gambaran Umum Demografi**

SD Negeri 15 Surau Gadang memiliki guru dan staf sekolah sebanyak 13 orang, sedangkan untuk siswanya sendiri yaitu berjumlah 157 siswa. Untuk ruang kelas sebanyak 7 kelas dan kantor/ruangan guru sebanyak 1 ruangan. Berikut rincian tugas masing-masing staf dapat dilihat pada tabel 2

**Tabel 2 Rincian Tugas Masing-Masing Staf**

a.	Kepala Sekolah	1 Orang
b.	Wali Kelas	7 Orang
c.	Guru Agama	1 Orang
d.	Guru Penjas	1 Orang
e.	Operator Sekolah	1 Orang
f.	Penjaga sekolah	1 orang
g.	Pustaka	1 orang

### 3. Gambaran Umum Responden

#### Karakteristik Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan pada SD Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023 menurut kategori jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 2

**Tabel 3 Distribusi Karakteristik Siswa berdasarkan Jenis Kelamin Kelas IV dan V SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023**

Jenis kelamin	n	%
Laki-laki	26	49.1
Perempuan	27	50.9
Total	53	100.0

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa karakteristik siswa berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki di SD Negeri 15 Surrau Gadang, dimana persentase jenis kelamin perempuan yaitu 50.9%.

## B. Hasil penelitian

### 1. Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi

Dalam penelitian ini kebiasaan sarapan pagi dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu sering dan jarang. Siswa yang dikatakan sarapan paginya sering apabila frekuensi sarapan paginya  $\geq 4x$  dalam seminggu dan jarang apabila frekuensi sarapan paginya  $< 4x$  dalam seminggu. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 4

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang Kec. Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

Frekuensi sarapan pagi	n	%
Sering	23	43.4
Jarang	30	56.6
Total	53	100.0

Dari tabel 4 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi sarapan pagi siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang yaitu separoh menyatakan jarang sarapan sebelum berangkat sekolah.

## 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan

Dalam penelitian ini tingkat pengetahuan dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu baik dan kurang. Siswa yang dikatakan tingkat pengetahuannya baik apabila bisa menjawab 4-6 pertanyaan dan kurang apabila hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 5

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang Kec. Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

Tingkat pengetahuan	n	%
Baik	43	81.1
Kurang	10	18.9
Total	53	100.0

Dari tabel 5 dapat diketahui bahwa distribusi tingkat pengetahuan siswa mengenai sarapan pagi di SD Negeri 15 Surau Gadang masih kurang dimana persentasenya yaitu 18.9%.

### 3. Distribusi Frekuensi Peran Keluarga

Dalam penelitian ini peran keluarga dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu baik dan kurang. Siswa yang dikatakan peran keluarganya baik apabila bisa menjawab 4-6 pertanyaan dan kurang apabila hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 6

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Peran Keluarga Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang Tahun 2023**

Peran keluarga	n	%
Baik	31	58.5
Kurang	22	41.5
Total	53	100.0

Dari tabel 6 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi peran keluarga siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang masi kurang, dimana persentasenya yaitu 41.5%

### 4. Distribusi Frekuensi Lingkungan Sosial

Dalam penelitian ini lingkungan sosial dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu baik dan kurang. Siswa yang dikatakan lingkungan sosialnya baik apabila bisa menjawab 4-6 pertanyaan dan kurang apabila hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 7

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi Lingkungan Sosial Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang Kec. Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

Lingkungan sosial	n	%
Baik	36	67.9
Kurang	17	32.1
Total	53	100.0

Dari tabel 7 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi lingkungan sosial siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang masi kurang dimana persentasenya yaitu 32.1%.

### **5. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua (Ibu)**

Dalam penelitian ini pekerjaan orang tua dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu bekerja dan tidak bekerja. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 8

**Tabel 8 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua (Ibu)SD Negeri 15 Surau Gadang Kec. Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

Pekerjaan orang tua (Ibu)	n	%
Bekerja	29	54.7
Tidak bekerja	24	45.3
Total	53	100.0

Dari tabel 8 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi pekerjaan orang tua siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang sebagian besar orang tua siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang bekerja, dimana persentasenya yaitu 54.7%

### **6. Distribusi Frekunesi Tingkat Ekonomi / Pendapatan Ayah**

Dalam penelitian ini tingkat pengetahuan dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu tinggi dan rendah. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 9.

**Tabel 9 Distribusi Frekuensi Tingkat Ekonomi / Pendapatan Ayah Siswa SD Negeri 15 Surau Gadang Kec. Nanggalo Kota Padang Tahun 2023**

Tingkat ekonomi	n	%
Tinggi	17	32.1
Rendah	36	67.9
Total	53	100.0

Dari tabel 9 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi tingkat ekonomi siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang adalah sebagian besar rendah, dimana persentasenya yaitu 67.9%

## C. Pembahasan

### 1. Frekuensi Sarapan Pagi

Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi sarapan pagi siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang yaitu jarang, dimana separoh anak menyatakan jarang sarapan pagi. Alasan anak untuk tidak sarapan adalah tidak suka sarapan, malas, tidak sempat sarapan, sarapan yang belum tersedia dan tidak biasa sarapan di rumah. Hal ini hampir sama dengan beberapa teori yang menyebutkan bahwa anak usia sekolah mulai masuk dalam dunia baru dan pengaruh lingkungan terhadap anak mulai meningkat. Pengalaman baru, kegembiraan di sekolah dan rasa takut jika terlambat tiba di sekolah, menyebabkan anak-anak sering menyimpang kebiasaan waktu makan yang telah diberikan. Selain itu, waktu makan yang tidak menyenangkan juga dapat menjadi penyebab anak tidak mau makan.

Sebagian orang bahkan berpendapat bahwa sarapan merupakan aktivitas yang menyebalkan terutama jika timbul perasaan mual setelah sarapan. Berdasarkan kendala tersebut, perlu dilakukan pergeseran nilai sarapan dari suatu yang wajib dilakukan menjadi suatu kebiasaan setiap hari dengan memberikan penjelasan mengenai manfaat sarapan dan dampak jika tidak sarapan (Sartika, 2012). Terdapat beberapa penelitian seperti Kurniasari tahun 2005 di Yogyakarta yang menemukan sebesar 25% anak sekolah dasar jarang melakukan sarapan pagi. Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2016 di Kabupaten Majalengka menyebutkan hanya 15,2% anak sekolah dasar yang mempunyai kebiasaan sarapan pagi. Penelitian Sibuea tahun 2002 menemukan 57,5% anak sekolah dasar di Medan tidak pernah sarapan pagi.

Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan, kebiasaan jarang sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah bisa diubah dengan cara, pihak sekolah melakukan penyuluhan atau memberikan informasi mengenai pentingnya sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah.

## **2. Tingkat pengetahuan**

Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi tingkat pengetahuan mengenai sarapan pagi siswa di SD Negeri 15 Surau Gadang masi kurang dimana persentasenya yaitu 18.1%, dimana anak hanya bisa menjawab pertanyaan mengenai pengetahuan sarapan pagi dengan skor 0-3 pertanyaan, salah satu pertanyaan yaitu apa itu sarapan pagi, manfaat sarapan pagi, mengapa perlu sarapan pagi, kriteria sarapan pagi, serta

dampak dari tidak sarapan pagi. Definisi tingkat pengetahuan secara luas yaitu hasil penginderaan seseorang melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba terhadap suatu objek tertentu. Selain itu, pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman sendiri atau pengalaman orang lain. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama dibanding tidak didasari dengan pengetahuan (Notoatmodjo, 2003).

Tentunya sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo di atas maka semakin baik pengetahuan gizi anak maka diharapkan akan semakin baik pula perilaku makan yang dimiliki oleh anak tersebut. Anak yang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memiliki kesadaran tinggi untuk selalu melakukan kegiatan sarapan pagi setiap harinya. Bukan hanya didasari oleh tradisi keluarga, tetapi lebih dari itu mereka memang benar-benar mengetahui dan memahami manfaat sarapan pagi bagi tubuh mereka. Oleh karena itu, hal ini mencerminkan bahwa sangat penting memberikan pengetahuan sarapan pagi pada anak-anak sejak dini.

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang antara lain pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, dan nilai-nilai tradisi. (Hermina, 2009). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Menurut pengalaman dan penelitian, perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Dari paparan di atas maka dapat disimpulkan tingkat pengetahuan sangat perlu untuk sarapan pagi, karena sarapan pagi sangat bermanfaat

apalagi untuk konsentrasi belajar. Karna dari itu anak Sekolah Dasar penting memiliki pengetahuan mengenai sarapan pagi.

### **3. Peran keluarga**

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di SD Negeri 15 Surau Gadang didapatkan bahwa 41.5% peran keluarga anak di SD Negeri 15 Surau Gadang masih kurang baik, ini dapat kita lihat pada pernyataan di kuisioner yaitu banyak yang menjawab bahwa keluarga tidak pernah mengingatkan sarapan pagi dan keluarga juga tidak pernah memberikan informasi mengenai sarapan pagi. Orang tua pada dasarnya berkewajiban untuk menyajikan kondisi yang menguntungkan bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi anaknya. Begitu juga dalam hal pemenuhan kebutuhan jasmani, dalam hal ini berkaitan dengan pemenuhan gizi pada makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh anak. Seorang ibu harus pandai mengolah makanan dan memiliki keterampilan sehingga anaknya menyukai makanan yang disajikan di rumah dan tidak jajan (Paramesthi 2011).

Terkait hal tersebut, jelas bahwa peran keluarga khususnya orang tua sangat berperan nyata dalam menciptakan perilaku makan yang positif pada anak, termasuk perilaku sarapan pagi yang baik. Kebiasaan makan yang baik di dalam keluarga biasanya akan diteruskan turun menurun dan menjadi tradisi bagi si anak, sehingga meskipun sudah dewasa atau berpisah dari keluarganya, maka sarapan pagi tetap dilakukan. Peran

keluarga merupakan hal yang sangat mungkin mempengaruhi perilaku makan anak.

Upaya keluarga dalam membentuk kebiasaan sarapan anak merupakan bentuk dari dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan bagian dari dukungan sosial, dimana terjadi pertukaran sumber-sumber antara penyedia layanan kesehatan dan keluarga sebagai penerima layanan untuk meningkatkan kesejahteraan. (Shumaker dan Brownell 1984).)

#### **4. Lingkungan sosial**

Berdasarkan hasil penelitian di SD Negeri 15 Surau Gadang dapat diketahui 32.1 % anak memiliki lingkungan sosial yang kurang baik, ini dapat kita lihat di pertanyaan dalam kuisioner yaitu lingkungan sosial anak banyak yang menjawab bahwa teman sebayanya banyak yang mengajak jajan agar tidak sarapan pagi. Anak usia sekolah mempunyai lingkungan sosial yang lebih luas selain lingkungan keluarganya, yaitu lingkungan sekolah tempat anak belajar mengembangkan kemampuan kognitif, interaksi sosial, nilai moral dan budaya dari lingkungan kelompok teman sekolah dan guru. Bahkan bermain dengan teman sekolah dirasakan anak sebagai sesuatu yang lebih menyenangkan dari pada bermain di lingkungan rumah.

Lingkungan sosial seperti sekolah termasuk guru juga berperan dalam pembentukan perilaku anak usia sekolah. Guru mempunyai tanggung jawab memberi ilmu pengetahuan sehingga mempunyai sikap

positif dan melakukan tindakan atau perilaku yang baik antara lain perilaku sehat terutama tentang pentingnya sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah. Teman sebaya mempengaruhi perilaku makan anak. Hubungan teman sebaya dan aktivitas di luar rumah memainkan peranan yang lebih besar dalam kehidupan anak usia sekolah. teman sebaya mempunyai pengaruh kuat terhadap perilaku anak usia sekolah dalam memilih makanan yang tidak sehat.

Pada lingkungan sosial ini, anak sekolah banyak terpengaruh oleh teman sebayanya, jika seorang anak berteman dengan anak yang tidak biasa sarapan pagi, ini akan menyebabkan anak tersebut juga tidak akan sarapan pagi. Ini juga membuktikan bahwa lingkungan sosial sangat mempengaruhi kebiasaan sarapan apalagi pada anak-anak usia sekolah.

##### **5. Pekerjaan orang tua (Ibu)**

Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 45.3% orang tua anak SD Negeri 15 Surau Gadang bekerja. Banyak pendapat mengatakan bahwa seorang ibu jauh lebih baik untuk mendidik anak dari pada seorang ayah. Hal ini tidak sepenuhnya benar, karena ayah pun juga mempunyai tugas untuk mendidik anak, kebijaksanaan, kedisiplinan dan tanggung jawab lebih dominan dimiliki seorang ayah dari pada ibu (Anisah, 2004 dalam Meirina, 2011). Pekerjaan orang tua terutama ibu sangat berpengaruh terhadap sarapan pagi anak sebelum berangkat ke sekolah.

Kenyataan dilapangan, makan pagi tidak semulus seperti yang di harapkan karena masih ada orang tua tidak menyempatkan membuat

makan pagi untuk anaknya dikarenakan orang tua bekerja. Hal ini juga dikemukakan oleh (Devi 2012) bahwa sekarang banyak orang tua yang bekerja sehingga tidak memiliki waktu untuk menyiapkan sarapan pagi buat anaknya ke sekolah, sehingga banyak anak sekolah yang tak terbiasa sarapan pagi. Orang tua anak yang tidak bekerja terutama Ibu yang bekerja bukan berarti tidak bisa mempersiapkan sarapan pagi untuk anaknya. Ibu bekerja harus bisa membagi waktunya untuk mengasuh dan mempersiapkan makanan terbaik dan bergizi untuk anaknya. Secara logika ibu yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang lebih lapang untuk mengurus keluarganya dan mempersiapkan sarapan pagi. Kenyataannya dilapangan, makan pagi tidak semulus seperti apa yang diharapkan.

## **6. Tingkat ekonomi / Pendapatan Ayah**

Berdasarkan hasil penelitian di SD Negeri 15 Surau Gadang terdapat 67.9% yang memiliki pendapatan keluarga yang rendah. Pendapatan keluarga adalah jumlah penghasilan riil dari seluruh anggota keluarga yang disumbangkan untuk memenuhi kebutuhan bersama atau perseorangan. Pendapatan keluarga adalah jumlah penghasilan anggota keluarga baik dalam bentuk uang maupun barang yang dapat dinilai dengan uang dihitung perbulan dan dinyatakan dengan rupiah (Rustam, 2010, Herawati, 2011).

Pendapatan setiap keluarga berbeda-beda dan bertingkat, ada yang berpendapatan tinggi, sedang dan ada juga yang rendah. Keluarga dengan

pendapatan cukup tinggi, umumnya akan lebih mudah dalam memenuhi segala kebutuhan sarapan pagi dan keperluan lain. Berbeda dengan yang keluarga yang mempunyai pendapatan relatif rendah, umumnya mengalami kesulitan dalam pembiayaan untuk membeli sarapan pagi, juga keperluan lainnya. Keberhasilan siswa dalam belajar, sangat ditentukan oleh kemampuan pembiayaan keluarga, biaya pembelian bahan masak untuk sarapan pagi, peralatan sekolah, transportasi dan uang jajan. Hasil studi dari (Maftukhah,2007), melaporkan bahwa kurangnya faktor pembiayaan yang dialami keluarga akan mengakibatkan sarapan pagi siswa akan terganggu karena tidak ada uang untuk membeli makanan disaat sarapan pagi.

. Hal ini sesuai dengan teori (Mulyanto Sumardi, 2006) bahwa golongan yang berpenghasilan kecil adalah golongan yang memperoleh pendapatan kecil sebagai imbalan terhadap kerja mereka yang bertaraf rendah dibandingkan dengan kebutuhan pokoknya.

Sedangkan pendapatan keluarga pada anak sekolah yang rendah disebabkan karena sebagian anak memiliki orang tua dan anggota keluarga yang bekerja sebagai buruh dimana pendapatan yang diperoleh < Rp. 2.500.000/ bulan. Sehingga tingkat pendapatan keluarga sangat mempengaruhi cukup tidaknya kebutuhan primer, sekunder, serta perhatian dan kasih sayang yang akan diperoleh anak.

## **BAB IV**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian tentang Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023. Peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separoh anak menyatakan jarang sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah
2. Sebagiaan kecil tingkat pengetahuan anak Di SDN 15 Surau Gadang masi kurang mengenai sarapan pagi
3. Hampir separoh menyatakan peran keluarga tidak baik
4. Sebagian kecil lingkungan sosial anak Di SDN 15 Surau Gadang masih kurang baik
5. Hampir separoh menyatakan orang tua anak Di SDN 15 Surau Gadang tidak bekerja
6. Sebagiaan besar pendapatan orang tua anak Di SDN 15 Suarau Gadang masi rendah

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dilakukan dalam penelitian antara lain :

### **1. Bagi puskesmas**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai media informasi dan bahan masukan dalam rangka kegiatan perencanaan selanjutnya pada program gizi dan promosi kesehatan.

### **2. Bagi masyarakat**

Masyarakat diharapkan dapat lebih meningkatkan peran dukungan terhadap keluarga agar membiasakan diri sarapan pagi bersama keluarga sebelum berangkat bekerja.

### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan mengikutsertakan variabel-variabel lain yang diduga menjadi faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi. Dan juga kepada peneliti selanjutnya diharapkan melaksanakan penelitian dengan populasi yang lebih besar misalnya satu sekolah atau SD yang ada di suatu kecamatan sehingga bisa memberikan gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi pada wilayah yang lebih luas dengan sampel yang lebih besar.

### **4. Bagi siswa dan keluarga**

Kepada keluarga diharapkan untuk lebih memperhatikan kebutuhan anak di usia sekolah terutama sarapan pagi. Untuk itu ibu sebagai pengurus rumah tangga diharap dapat menyiapkan sarapan dirumah agar anak terbiasa sarapan sebelum berangkat kesekolah. Dan juga diharapkan bagi keluarga untuk mendukung dalam proses belajar anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Alvio, A.G, 2019 "Hubungan antara sarapan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IV dan V SD No. 78/III Mukai Hilir Kec. Siulak Mukai Kab.Kerinci Tahun 2019". Karya Tulis Ilm. 1–53.
2. Gemily, Syilga Cahya, dkk. 2015. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan dan kualitas sarapan siswa kelas v di sdn sendang mulyo 04 kecamatan tembalang, Semarang. FKM UNDIP : Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 3, Nomor 3.
3. J. *et al.* 2020 "Kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar di SD Negeri 01 Rajabasa Bandar Lampung". Ilmiah Kesehatan Sandi Husada. nomor 11, 164–169.
4. Rahmiwati, 2014. "Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan akademik siswa". Jurnal ilmu kesehatan masyarakat pendahuluan bangsa , karena mereka adalah generasi yang optimal tergantung pemberian nutrisi yang baik baik segi kualitas maupun dilewatkan bersama . 5, 168–174.
5. Mariza, Y. Y. 2012. "Kebiasaan jajan dengan status gizi pada anak". artik. penelitian. prodi Gizi. Fak. Kedokteran, Univ. diponegoro. semarang 1–30 .
6. Indahningrum, R. putri *et al.* 2020 " pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap body mass index (BMI) pada anak usia sekolah dengan obesitas" No. 2507, 1–9.
7. Octaviani, Y., Rachmawati, K. & Santi, 2020 "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan kebiasaan sarapan siswa pada SDN Sungai Rangsang Hambuku Martapura Barat". Dunia Keperawatan J. Keperawatan dan Kesehat. 8, 101.
8. Almatsier, S. 2013 "pedoman pangan jajanan anak sekolah untuk pencapaian gizi seimbang". 130, 440–442
9. Zikrillah, W. W. et al. 2019" kebiasaan sarapan, kualitas jajan, pendapatan orang tua dan status gizi serta kaitannya dengan prestasi belajar anak sd Negeri Painan Timur.
10. Sugihantono Anung . 2014 Kementerian Kesehatan. Pedoman Gizi Seimbang. Peratur. Menteri Kesehat. Republik Indones. Nomor 41 tentang Pedoman Gizi Seimbang 1–96 (2014).
11. Maulana Zakia, K. *et al.* 2017." Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhikebiasaan Sarapan Pagi Murid Sdn 20 Kurao Pagang Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2017" . 1–56 .

12. Dewi, M. P., S, N. & Irdamurni, I. et a. 2020 "Perkembangan Bahasa, Emosi, Dan Sosial Anak Usia Sekolah Dasar". J. Ilm. Pendidik. Dasar **7**, 1
13. Vera Fitria Pratiwi.2022 "Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada siswa-siswi di smpn 14 kota bengkulu"1-72
14. Sukendro et al. 2022 "Hubungan Asupan Gizi Sarapan dan Status Ekonomi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kota Jambi". J. Kesmas Jambi **6**, 50–59
15. Yunita, N. R., Sumarsono, H. & Farida, U. 2019. "Orang tua tentang jajanan sehat pada anak "penerbitan artikel ilmiah mahasiswa. **3**, 11–24 .
16. Kusumawardani, N. *et al.* 2015. "Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan. Yogyakarta: PT Kanisius vol. 53.
17. FKM UI Aldilla, G. 2009 "Metodelogi penelitian dan kesehatan" . Univ. Indones. 35–63
18. MN Aqil. 2021."Strategi penelitian". Nomor 3.1 34–36
19. Saifah, A. Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya dan Media Massa dengan Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu. Depok: Universitas Indonesia, 2011.
20. Galani, Muhammad Ridwan, dkk. Hubungan Karakteristik Sosial Ekonomi dan Asupan Makan Pagi dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Cambaya Kecamatan Ujung Tanah Kota Makassar. Makassar: Universitas Hasanuddin, 2014.
21. Ali Firdaus. 2012. Hubungan Sosial Ekonomi Keluarga dengan Prestasi Belajar Siswa MTs Ma'arif Nyatnyono Ungaran

# LAMPIRAN

**Lampiran : A**

**PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK**

**PENELITIAN**

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : .....

Kelas : .....

Setelah membaca dan mendengar penjelasan tentang maksud penelitian yang akan dilakukan oleh “Yola Prativa”, mahasiswi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang dengan judul penelitian “**Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi Siswa di SD N 15 Surau Gadang Tahun 2023**”. Maka saya bersedia menjadi responden dalam penelitian.

Demikian pernyataan ini saya tanda tangani dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun.

Padang , 2023

Yang menyatakan

(.....)

**Lampiran : B**  
Kebiasaan Sarapan Pagi

**KUESIONER**  
**Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi**  
**Siswa di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Tahun 2023**

**A. Pertanyaan tentang Sarapan Pagi**

Beri tanda (x) silang pada salah satu jawaban Anda !

1. Apakah Anda biasa sarapan pagi setiap hari sebelum berangkat ke sekolah ?
  - a. Ya
  - b. Tidak

Bila Ya, berapa kali anda sarapan pagi selama seminggu ?

..... kali ( 1-7 kali )

2. Pada jam berapa Anda sarapan pagi ?

Jam .....

3. Apakah Anda biasa sarapan di rumah ?

- a. Ya
- b. Tidak

Bila tidak, berikan alasannya .....

**Lampiran : C**  
Tingkat pengetahuan

**KUESIONER**  
**Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi**  
**di Sekolah Dasar Negeri 15 Surau Gadang Tahun 2023**

No. Responden :

**Beri tanda (x) silang pada salah satu jawaban Anda.!**

1. Apa yang dimaksud dengan sarapan pagi....?
  - a. Kebutuhan nutrisi dalam tubuh
  - b. Untuk kenyang
  - c. Untuk gemuk
2. Apa manfaat sarapan pagi untuk anak sekolah....?
  - a. Untuk meningkatkan kecerdasan otak
  - b. Untuk membuat rasa kenyang
  - c. Biar tidak lapar
3. Mengapa perlu sarapan pagi bagi anak sekolah....?
  - a. Biar konsentrasi saat belajar
  - b. Biar tidak lapar
  - c. Untuk meningkatkan berat badan
4. Bagaimana kriteria sarapan pagi bagi anak sekolah.....?
  - a. Memberikan tubuh kita untuk energy yang baik sepanjang hari
  - b. Memberikan vitamin, mineral yang cukup dan protein
  - c. Semua salah
5. Mengapa konsentrasi belajar menurun saat belajar....?
  - a. Karna banyak makan
  - b. Karna tidak sarapan
  - c. Karna mengantuk
6. Apa dampak dari tidak sarapan pagi....?
  - a. Menyebabkan demam
  - b. Mengurangi konsentrasi belajar
  - c. Lebih konsentarsi dalam belajar

Lampiran : D  
Peran Keluarga

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) memberikan informasi kepada siswa tentang pentingnya sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah		
2	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) tidak pernah memberikan informasi sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah		
3	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) menyediakan waktu untuk mendampingi siswa untuk sarapan pagi ke sekolah		
4	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) tidak mengingatkan siswa untuk sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah		
5	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) selalu menganjurkan anak untuk sarapan pagi		
6	Anggota keluarga (ibu, ayah, kakak) selalu menyediakan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah		

Lampiran : E  
Lingkungan sosial

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Teman – teman saya selalu antusias ketika berbagi tentang masalah sarapan pagi		
2	Saya selalu membandingkan kebiasaan sarapan pagi saya dengan teman saya		
3	Saya lebih cenderung meniru apa yang yang teman saya makan saat sarapan pagi		
4	Teman – teman saya selalu mengajak saya untuk jajan agar tidak sarapan pagi		
5	Teman – teman saya tidak pernah sarapan pagi		
6	Saya lebih suka sarapan pagi bersama teman sebaya dibanding sarapan pagi sendirian di rumah		

Lampiran : F

Pekerjaan dan tingkat ekonomi / pendapatan orang tua

1. Apakah orang tua Anda bekerja ?

a. Bekerja

b. Tidak bekerja

Bila bekerja apa pekerjaannya ?.....

2. Berapa pendapatan orang tua Anda ?

a.  $\geq 2.500.000$

b.  $< 2.500.000$

Lampiran : G

**sarpan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid sering=>4xseminggu	23	43.4	43.4	43.4
jarang=<4xseminggu	30	56.6	56.6	100.0
Total	53	100.0	100.0	

**tingpen**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid baik=bisa menjawab 4-6 pertanyaan	43	81.1	81.1	81.1
kurang=hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan	10	18.9	18.9	100.0
Total	53	100.0	100.0	

**perke**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid baik=jika menjawab 4-6 pertanyaan	31	58.5	58.5	58.5
kurang=jika hanya bisa menjawab 0-3 pertanyaan	22	41.5	41.5	100.0
Total	53	100.0	100.0	

**lingsos**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid baik=4-6	36	67.9	67.9	67.9
kurang =0-3	17	32.1	32.1	100.0
Total	53	100.0	100.0	

**perkerjaanortu**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid bekerja	29	54.7	54.7	54.7
tidak bekerja	24	45.3	45.3	100.0
Total	53	100.0	100.0	

**jenkel**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	26	49.1	49.1	49.1
perempuan	27	50.9	50.9	100.0
Total	53	100.0	100.0	

## LAMPIRAN : H

Master Tabel

No	Kls	Nama	Jenis kelamin	Frekuensi sarapan	Tingkat pengetahuan	Peran orangtua	Lingkungan sosial	Perkerjaan Orang tua	Tingkat ekonomi
1	4	acha yuliatri ramadini	2	1	1	1	1	1	2
2	4	al razi rizky	1	2	2	1	2	1	1
3	4	arif san devanto	1	2	1	1	2	2	2
4	4	deca rahmatatillah	2	2	2	2	2	2	2
5	4	dicky adriansyah	1	1	1	1	1	2	2
6	4	fauziah azzahra	2	1	1	2	1	2	2
7	4	hotoya hakimo champ	1	1	1	2	1	2	2
8	4	huriah hanasah	2	1	1	1	1	2	2
9	4	jihan aviga aqila	2	2	1	1	2	1	1
10	4	jihan putri aqila	2	2	2	2	1	2	2
11	4	kelvin aidil lathif	1	2	1	1	2	1	2
12	4	meifalia yorita cania	2	2	1	2	2	2	2
13	4	mhd adli pratama	1	2	1	1	2	2	2
14	4	muhammad fahri	1	1	2	1	1	1	2
15	4	nindya nurul ramadhani	2	2	1	2	2	1	2
16	4	nujiya azka tufail	1	2	1	1	1	2	2
17	4	putri ramdhany	2	2	1	2	2	2	2
18	4	rendika anugrah kirana	1	2	1	2	2	2	1
19	4	rizki frasetya	1	2	2	2	2	1	2
20	4	saskia perwira syahfitri	2	2	1	1	1	2	2
21	4	senia permata sari	2	1	2	2	1	1	1
22	4	velisa khairani	2	2	1	1	1	1	2
23	4	zahira balqis	2	1	2	2	2	1	1
24	4	azkia mendoza	2	2	1	1	1	1	2

25	4	Adam	1	1	1	1	1	1	1
26	4	laila aiba	2	2	1	1	1	1	1
27	5	ahlan firdaus	1	2	2	2	2	2	2
28	5	amelia zoli	2	1	1	1	1	1	2
29	5	aqil abiona	1	1	1	2	2	1	2
30	5	atika azzahra	2	2	1	1	2	2	2
31	5	elang sabumi	1	1	1	1	1	1	2
32	5	fahira amelia	2	2	1	1	1	1	2
33	5	fahri rahmat illahi	1	1	1	2	1	2	2
34	5	faiza amelia	2	2	1	2	1	1	1
35	5	fauzan dissa ibrahim	1	1	1	1	2	1	1
36	5	fujio abbasy candra	1	1	1	2	1	1	1
37	5	febrian malvin alvaro	1	2	1	2	1	2	2
38	5	hadrian yazid	1	1	1	1	1	2	2
39	5	hanny melodya	2	2	1	1	1	2	2
40	5	ibnu alfikri	1	2	1	2	1	2	2
41	5	iqbal soliansyah	1	2	1	1	1	1	1
42	5	jihan putri mulsiana	2	2	2	2	2	2	2
43	5	jihan anugerah purnama	2	1	1	2	1	1	1
44	5	latif azizan	1	2	1	1	1	1	1
45	5	hanif alfikri	1	1	1	1	1	1	1
46	5	muhammad reyfansa	1	1	1	1	1	1	1
47	5	riska putri ayudia	2	1	1	1	1	2	2
48	5	syifa ananda masrha	2	2	1	1	1	2	2
49	5	tesia aurelia azka	2	2	2	2	1	1	2
50	5	trivenza qinaya	2	1	1	1	1	2	2
51	5	vadil rahmadanu	1	1	1	1	1	1	1
52	5	zahra navisya arya	2	1	1	2	1	1	2
53	5	zulfahry nuhan	1	2	1	1	1	1	1

**LAMPIRAN I : Dokumentasi**





KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN TUGAS AKHIR  
PROGRAM STUDI D-III GIZI  
POLTEKKES KEMENKES PADANG TAHUN 2023



NAMA	Yola Prativa
NIM	202110120
JUDUL TUGAS AKHIR	Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi siswa di SDN Negeri 15 Surau Gadand Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
PEMBIMBING I	Andrafikar SKM M. Kes

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	8/Mei 2023	Memperbaiki Abstrak	Abstrak terdiri dari 4 Alinea. Perbaiki saran	
2	9/Mei 2023	Bab iii (populasi)	lebih memperhatikan populasi dan sampel	
3	10/Mei 2023	Bab iv (hasil)	Memperbaiki hasil penelitian. Perbaiki yang kurang	
4	11/Mei 2023	Bab iv (hasil)	Memperbaiki hasil penelitian.	
5	12/Mei 2023	Bab iv (Tabel & Pembahasan)	Memperbaiki tabel dan huruf dalam tabel	
6	24/Mei 2023	Bab v (kesimpulan)	Menyempurnakan kesimpulan bersifat kualitatif	
7	25/Mei 2023	Bab v (saran)	Memperbaiki saran sesuai dengan tujuan penelitian.	
8	25/Mei 2023	Acc.	Acc	

Padang, 2023

Koordinator Mata Kuliah,

Hasneli, DCN, M. Biomed  
NIP. 19630719 198803 2 003

Ka. Prodi D-III Gizi

Hermita Bus Umar, SKM, MKM  
NIP. 19690529 199203 2 002



KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN TUGAS AKHIR  
PROGRAM STUDI D-III GIZI  
POLTEKKES KEMENKES PADANG TAHUN 2023



NAMA	Yola Prativa
NIM	202110120
JUDUL TUGAS AKHIR	Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan sarapan pagi siswa di SDN Negeri 15 Surau Gadand Kecamatan Nanggalo Kota Padang Tahun 2023
PEMBIMBING 2	Hermita Bus Umar, SKM, MKM

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	8/mei 2023	Bab IV	Memperbaiki hasil penelitian	
2	9/mei 2023	Bab IV	Merapikan tulisan	
3	10/mei 2023	Bab IV	Merapikan Tabel	
4	11/mei 2023	Bab IV	Merapikan tulisan	
5	12/mei 2023	Bab IV	Menambah Pembahasan	
6	20/mei 2023	Bab V	Memperbaiki kerimpukan dan saran	
7	25/mei 2023	Bab I - Dapus	Memperbaiki Abstrak	
8	25/mei 2023	Bab I - Dapus	Acc	

Padang, 2023

Koordinator Mata Kuliah,

**Hasneli, D.C.N., M.Biomed**  
NIP. 19630719 198803 2 003

Ka. Prodi D-III Gizi

**Hermita Bus Umar, SKM, MKM**  
NIP. 19690329 199203 2 002

