

**“HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN
JAJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN
POKOK DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA
DI MIN 1 KOTA PADANG
TAHUN 2019”**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana Gizi
STIKes Perintis**



OLEH :

DIA PUTRI ARISKA

NIM : 1513211003

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI

STIKES PERINTIS PADANG

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN
DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN
STATUS GIZI PADA SISWA DI MIN 1 KOTA PADANG
TAHUN 2019

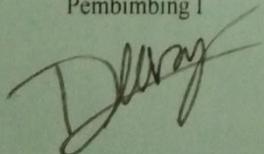
Oleh
DIA PUTRI ARISKA
NIM : 1513211003

Skripsi ini telah disetujui untuk diseminarkan

Padang, Agustus 2019

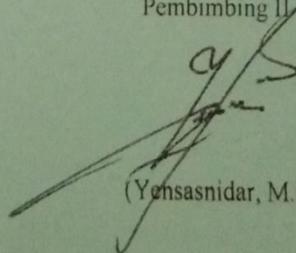
Dosen Pembimbing

Pembimbing I



(Dezi Ilham, M.Biomed)

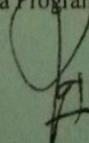
Pembimbing II



(Yensasnidar, M.Pd)

Diketahui,

Ketua Program Studi S-1 Gizi



(Widia Dara, SP.MP)

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN
DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN
STATUS GIZI PADA SISWA DI MIN 1 KOTA PADANG
TAHUN 2019

Oleh

DIA PUTRI ARISKA
NIM : 1513211003

Skripsi ini telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji

Padang, 5 Agustus 2019

Komisi

Pembimbing I

(Dezi Ilham, M.Biomed)

Pembimbing II

(Yensasnidar, M.Pd)

Penguji

Widia Dara, SP.MP

Padang, 5 Agustus 2019

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

Ketua Program Studi S-1 Gizi

(Widia Dara, SP.MP)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang.
Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Muhammad)?
dan Kami pun telah menurunkan bebanmu darimu, yang memberatkan
punggungmu, dan Kami tinggikan sebutan (nama)mu bagimu.
maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama
kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu
urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada
Tuhanmulah engkau berharap.

(Q.S Al-Insyirah : 1-8)

Alhamdulillahirobbil'alamin segala puji dan syukur ku kepada Allah SWT atas
berkah, rahmat, nikmat dan segala karunia yang telah Engkau berikan sampai
saat sekarang ini.

Dengan segala cinta, kerendahan hati dan kasih sayang, kupersembahkan karya
ini untuk orang-orang yang sangat kucintai.

Teristimewa

Ibuku Nurwati dan Ayahku Muhtarudin

Terutama kepadamu Ibu, terimakasihku untukmu yang rela menahan rasa sakit
saat melahirkanku, terimakasih telah mendidikku hingga saat ini. Tak mampu
aku membalas apa yang telah kau berikan kepadaku. Jika surga berada di
telapak kaki mu ibu, aku tak tau apa yang ada di telapak tangan mu sehingga
kenikmatan dan rasa syukur yang ku rasakan sampai saat ini adalah salah satu
kebahagian yang ku dapatkan melalui tangan mu yang kau panjatkan kepada

Allah SWT. Selalu terselip do'a, semoga keringat dan rasa sakit yang kau rasakan menjadi hadiah surga di akhirat kelak.

Dan untukmu Ayahku, cinta pertama ku yang tak pernah berhenti menanyakan tentang ibadahku, tak banyak kata yang mampu ku ucapkan untukmu. Terimakasih engkau telah susah payah mencari nafkah untukku. Semoga keringat yang telah kau teteskan menjadi ladang pahala yang besar untuk mu dan semoga Allah SWT menghadiakan mu surga dan bidadari surga untukmu, yaitu Ibuku.

Sebagai salah satu tanda bukti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada batasnya kupersembahkan karya ini untuk kedua Orang Tua ku, semoga Allah SWT senantiasa menganugerahkan kebahagiaan dan kesejahteraan sampai akhirat nanti. Aamiin

Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Dosen Pembimbing

Bapak Dezi Ilham M.Biomed dan Ibu Yensasnidar, S.Gz, M.Pd yang sudah sabar membimbing saya selama ini, yang telah memberi masukan dan ide-ide dalam penyusunan skripsi ini. Kepada Ibu Widia Dara, MP selaku penguji terimakasih telah meluangkan waktu untuk memberikan kritik dan saran pada skripsi ini. Dan terimakasih juga saya ucapkan kepada seluruh dosen S1 Gizi atas dukungan dan bimbingannya selama ini.

Kakak dan Adikku Tercinta

Terimakasih atas segala kerendahan hati dan kesediaan waktu yang telah kalian berikan kepadaku, mohon maafku kepada kalian jika belum bisa menjadi adik dan kakak yang baik dan sebagaimana mestinya. Semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rezeki dan kebahagiaan untuk kalian selalu.

Selalu ku panjatkan do'a untukmu kakaku Ary Nanda Putra, semoga engkau bisa membimbing isterimu agar bisa kau jadikan temanmu menuju surga dan

semoga Allah SWT Mengkaruniakan keturunan yang shalih dan shalihah yang kelak dapat membuat harum namamu sebagai orang tua.

Dan untuk adiku Ilham Aji Wibawa, jadilah anak yang patuh dan taat kepada Ibu dan Ayah yang selalu mendekatkan diri kepada yang Maha Kuasa agar dapat menolong orang tua kita masuk ke surga. Semoga Allah SWT selalu melindungi dan menjagamu di manapun kau berada. Dan semoga kebahagiaan serta rezeki selalu tercurah untukmu. Aamiin

Jomblo Sampai Halal – Siap Dihalalin Squad

Dian Selistio, s.Gz, Dina Safari, S.Gz, Evi Anggraeni, S.Gz, Peni Okta Sari, S.Gz, Siska Ratu Miranda, S.Gz dan Tria Widiya Sari, S.Gz. Dari berbagai banyak hal berharga di hidupku kalian adalah salah satu di antaranya. Terimakasih atas banyaknya hal bahagia yang sudah kita lalui bersama selama kurang lebih 4 tahun ini. Dan terimakasih telah memberikan motivasi serta dukungan kalian kepadaku. Maaf apabila selama ini banyak kata yang keluar dari mulutku yang membuat kalian tersakiti, dan maaf atas hal yang telah membuat kalian kecewa. Harapanku semoga kita tetap menjadi sahabat baik untuk selamanya. Selalu terselip di antara doa-doaku semoga cita-cita yang telah kalian impikan terwujud. Dan semoga rezeki, kebahagiaan dan kesuksesan selalu mengiringi langkah kaki kalian. Sukses untuk kita bersama. Aamiin.

Sahabatku S1 Gizi 015

Terimakasih untuk cerita dan kisah selama 4 tahun ini, semoga kita semua bisa sukses dan bahagia selalu.

Dan tidak lupa pula kepada Tezi Levy Valentsy

Adik sekaligus teman sehidup, teman seperantauan, teman ngobrol, teman makan, teman tidur, teman drama, teman Hang Out dan masih banyak lagi teman-teman lainnya ku ucapkan banyak terimakasih telah ikut serta dalam segala hal yang membuat bingung diriku ini. Do'aku untukmu semoga Allah SWT selalu menjagamu di bangun dan tidurmu, selalu dimudahkan rezekimu, selalu diberikan kebahagiaan, dilancarkan segala urusan dan tercapai segala angan dan semua yang kamu impikan. Aamiin

Dia Patri Ariska, S.Gz

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Data Pribadi

Nama : Dia Putri Ariska
Nim : 1513211003
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Tanduk, 04 Mei 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Nama Ayah : Muhtarudin
Nama Ibu : Nurwati
Email : diaputriariska18@gmail.com
Alamat : Pasar Sungai Tanduk RT 001, Kec. Kayu Aro,
Kab. Kerinci, Prov. Jambi

Riwayat Pendidikan

1. SDN 103/III Sungai Tanduk : Tamatan Tahun 2009
2. SMPN 23 Kerinci : Tamatan Tahun 2012
3. SMAN 7 Kerinci : Tamatan Tahun 2015
4. S1 Gizi Stikes Perintis Padang : Tamatan Tahun 2019

Kegiatan PBL

1. PBL (Table Manner) di Novotel Bukittinggi.
2. PBL di PT. Aerofood ACS Garuda Indonesia Jakarta.

3. PBL di PT Yakult Sukabumi.
4. PBL di Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung.
5. PBL di Poltekes Kemenkes Denpasar Bali.
6. PBL di Hotel Grand Inna Muara Padang dan Hotel Pangeran Beach Padang.
7. PBL di PT Anugerah Agung Citratama Padang.
8. PKL di Rumah Sakit Umum Daerah H. Hanafie Muara Bungo.
9. PMPKL di Jorong Sungai Talang Nagari Sungai Talang Kab 50 Kota Payakumbuh.

PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dia Putri Ariska
Nim : 1513211003
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Tanduk, 04 Mei 1997
Program Study : S1Gizi STIKes Perintis Padang
Nama Pembimbing I : Dezi Ilham, M.Biomed
Nama Pembimbing II : Yensasnidar, S.Gz, M.Pd

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

“Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019”

Merupakan karya sendiri, bukan plagiat dari skripsi orang lain, dan di akui keabsahannya, dan apabila pernyataan ini terbukti tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, September 2019

Dia Putri Ariska
Nim: 1513211003

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG
SKRIPSI, AGUSTUS 2019**

DIA PUTRI ARISKA, 1513210003

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN DAN
FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN STATUS GIZI
PADA SISWA DI MIN 1 KOTA PADANG TAHUN 2019**

x + 58 Halaman + 9 Tabel + 15 Lampiran

ABSTRAK

Status gizi merupakan suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

Penelitian ini merupakan penelitian *observasional* dalam bidang gizi masyarakat dengan rancangan *cross sectional*. Data penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2018 s/d Juni 2019 di MIN 1 Kota Padang, besar sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 49 responden. Beberapa variabel independennya yaitu (kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok) dan variabel dependen yaitu (status gizi) yang dianalisa secara univariat dan bivariat dengan menggunakan *Chi-Square*.

Dari hasil penelitian diperoleh 77,6% dengan status gizi normal, dengan distribusi frekuensi kebiasaan sarapan kurang yaitu 55,1%, kebiasaan jajan jarang yaitu 63,3% dan frekuensi konsumsi makanan pokok baik yaitu 69,4%. Berdasarkan hasil bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa. Dan tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa.

Perlunya diadakan pendidikan gizi di sekolah dasar baik secara langsung kepada siswa maupun edukasi kepada para guru terkait gizi anak usia sekolah. Dan juga perlu pemantauan status gizi untuk melihat kontribusi status gizi dan kebiasaan konsumsi makanan pada anak usia sekolah dasar.

Daftar Pustaka : 2004 – 2018

Kata Kunci : Status Gizi, sarapan, jajan dan frekuensi konsumsi makanan pokok

**NUTRITION S1 STUDY PROGRAM
PADANG HEALTH SCIENCE HIGH SCHOOL OF HEALTH
SKRIPSI, AUGUST 2019**

DIA PUTRI ARISKA, 1513210003

**RELATIONSHIP OF BREAKFAST HABIT, FOOD CONSUMPTION AND
FREQUENCY HABITS WITH NUTRITION STATUS IN STUDENTS IN
MIN 1 PADANG CITY IN 2019**

x + 58 Page + 9 Table + 15 Appendix

ABSTRACT

Nutritional status is a measure of the condition of a person's body which can be seen from the food consumed and the use of nutrients in the body. This study aims to analyze the relationship between breakfast habits, snacking habits, and frequency of staple food consumption with nutritional status in students in MIN 1 Kota Padang in 2019.

This study was an observational study in the field of community nutrition with a cross sectional design. This research data uses primary data and secondary data. This research was conducted in December 2018 until June 2019 in MIN 1 Padang City, the sample size in this study was 49 respondents. Some of the independent variables are (breakfast habits, snacking habits, and frequency of staple food consumption) and the dependent variable is (status gizi) which is analyzed univariately and bivariately using Chi-Square.

From the results of the study obtained 77.6% with normal nutritional status, with a frequency distribution of breakfast habits lacking that is 55.1%, rare snack habits that is 63.3% and the frequency of good staple food consumption is 69.4%. Based on bivariate results showed that there was a significant relationship between breakfast habits, snacking habits with nutritional status in students. And there is no significant relationship between the frequency of staple food consumption and nutritional status in students.

The need to hold nutrition education in primary schools both directly to students and education to teachers related to school-age children. And also need to monitor nutritional status to see the kontribution of nutritional status and food consumption habits in elementary school age children.

Bibliography : 2004 – 2018

Keywords : Nutritional status, breakfast, snacks and frequency of consumption of staple foods

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat, hidayah serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : **“Hubungan antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok dengan Status Gizi Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019”**. Shalawat beserta salam kami junjungkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman yang penuh kegelapan sampai pada zaman yang bermakna hingga saat ini.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Yendrizal Jafri, S.Kp, M.Biomed selaku Ketua STIKes Perintis Padang.
2. Ibu Widia Dara, MP selaku Ketua Prodi S1 Gizi STIKes Perintis Padang dan penguji skripsi yang telah memberikan kritikan dan juga saran pada skripsi ini.
3. Dezi Ilham, M.Biomed selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan petunjuk, arahan serta masukan dengan penuh kesabaran dan juga motivasi sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Ibu Yensasnidar, S.Gz, M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan arahan, motivasi serta dukungan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik..

5. Ibu Wilda Laila, M.Biomed selaku Pembimbing Akademik penulis di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang yang selalu memberi semangat dan terus memberikan masukan, saran, nasehat serta perhatian yang luar biasa.
6. Ayah dan Ibu yang selalu memberikan semangat dan do'a yang tulus untuk penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa Prodi S1 Gizi STIKes Perintis Sumbar yang telah memberikan masukan dan semangat kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kekeliruan dalam penyusunan skripsi ini. Maka dari itu, diharapkan kritik dan sarannya demi kesempurnaan penelitian ini. Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk para pembaca dan juga bagi penulis sendiri. Aamiin.

Padang, Agustus 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PENGESAHAN

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.	5
1.3.2 Tujuan Khusus.	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Puskesmas/masyarakat.....	6
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan.	6
1.4.3 Bagi Peneliti dan Peneliti Selanjutnya.	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anak Sekolah Dasar	8
2.2 Kebiasaan Sarapan.....	9
2.3 Kebiasaan Jajan	10
2.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok	12
2.5 Status Gizi	15
2.6 Penelitian Terkait.....	19
2.7 Kerangka Konsep	27

2.8 Hipotesa	28
2.9 Definisi Operasional	28

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	30
3.3 Populasi dan Sampel.....	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel.....	30
3.4 Instrumen Penelitian	33
3.5 Pengumpulan Data.....	33
3.5.1 Data Primer	33
3.5.2 Data Sekunder	33
3.6 Pengolahan dan Analisa Data	34
3.6.1 Pengolahan Data.....	34
3.6.2 Analisa Data	36
a. Analisa Univariat.....	36
b. Analisa Bivariat.....	37
3.7 Etika Penelitian.....	37

BAB IV HASIL Penelitian

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
4.2 Karakteristik Responden.....	41
4.3 Hasil Analisa Univariat.....	42
4.3.1 Status Gizi	42
4.3.2 Kebiasaan Sarapan.....	43
4.3.3 Kebiasaan Jajan	43
4.3.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok	44
4.4 Hasil Analisa Bivariat.....	45
4.4.1 Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang.....	45
4.4.2 Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang.....	46
4.4.3 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan	

Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang	47
---	----

BAB V PEMBAHASAN

5.1 Analisa Univariat	48
5.1.1 Status Gizi	48
5.1.2 Kebiasaan Sarapan.....	48
5.1.3 Kebiasaan Jajan	49
5.1.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok	50
5.2 Analisa Bivariat	51
5.2.1 Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang.....	51
5.2.2 Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang.....	53
5.3.3 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang	54
5.3 Keterbatasan Penelitian	56

BAB VI PENUTUP

6.1 Kesimpulan.....	57
6.2 Saran	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Angka Kecukupan Gizi	8
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.....	41
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.....	42
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.....	43
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.....	44
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.....	44
Tabel 5.6 Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kta Padang Tahun 2019	45
Tabel 5.7 Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kta Padang Tahun 2019	46
Tabel 5.8 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kta Padang Tahun 2019	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
3.1 Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Pengambilan Data Dari STIKes Perintis Padang
Lampiran 2	Surat Izin Pengambilan Data Dari Dinas Kesehatan Kota Padang
Lampiran 3	Surat Izin Pengambilan Data Dari Kementerian Agama Kota Padang
Lampiran 4	Surat Balasan Penelitian Dari MIN 1 Kota Padang
Lampiran 5	Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 6	Format Persetujuan
Lampiran 7	Format Identitas Responden
Lampiran 8	<i>Form Food Recall</i>
Lampiran 9	<i>Form Semi Kuantitatif Food Frequency Questionnaire</i>
Lampiran 10	Master Tabel
Lampiran 11	Standar IMT/U Anak Laki-laki Dan Perempuan Umur 5-18 Tahun
Lampiran 12	Hasil <i>Output</i> Pengolahan Data SPSS
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Pembimbing I
Lampiran 14	Lembar Konsultasi Pembimbing II
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Generasi penerus bagi pembangunan di masa depan bangsa adalah anak usia sekolah. Pemerintah mengupayakan peningkatan kualitas sumber daya manusia yang harus dilakukan sejak dini, secara sistematis dan berkesinambungan. Pertumbuhan kembang anak usia sekolah sangat membutuhkan asupan zat gizi yang seimbang (Ahmad, Waluyo, dan Fatimah, 2011).

Kebutuhan gizi anak sebagian besar digunakan untuk beraktivitas dan pembentukan jaringan. Kecenderungan aktivitas yang dimiliki anak usia sekolah adalah bermain. Masa dimana anak mengenal lingkungan di luar kehidupan rumah ataupun keluarga adalah masa sekolah. Pola asupan pada anak dalam kesehariannya merupakan salah satu pemenuhan kebutuhan gizi anak tersebut (Ochola S, 2014).

Menurut Judarwanto (2008), tumbuh berkembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi atau asupan zat gizi pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Gizi yang diperoleh seorang anak melalui konsumsi makanan setiap hari berperan besar untuk kehidupan anak tersebut. Salah satu cara untuk memperoleh status kesehatan dan gizi yang baik yaitu dengan membiasakan sarapan pagi (Briawan D, 2017 dan Isdaryani, 2007).

Menurut Departemen Kesehatan 2014, kebiasaan makan pagi termasuk dalam salah satu tiga belas pesan dasar gizi seimbang. Sarapan hanya memenuhi kebutuhan zat-zat gizi pada pagi hari saja dengan pemenuhan asupan zat gizi 15-30% dari kebutuhan sehari-hari yaitu sekitar 450-500 kalori dan 8-9 gram protein. Bagi anak sekolah sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina sehingga meningkatkan prestasi belajar.

Rampersaud G, dkk (2005), sarapan yang diletakkan dapat beresiko untuk menjadi obesitas dan memiliki gangguan kesehatan. Obesitas dapat terjadi karena ketika anak tersebut melewatkan sarapan dan merasa lapar maka mereka akan mengkonsumsi makanan berkalori lebih tinggi yang didapatkan dari makanan jajanan (Utter, J, dkk 2007).

Selain sarapan, faktor makanan jajananpun berpengaruh pada status gizi anak-anak. Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Ini mencakup buah-buahan segar dan sayuran yang dijual di luar wewenang daerah pasar untuk konsumsi langsung (WHO, 2015).

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2011 menyatakan bahwa Frekuensi konsumsi makanan 3 kali per hari dihubungkan dengan status gizi normal, sementara frekuensi makanan >3 kali per hari berkaitan dengan tingginya angka indeks massa tubuh yakni pada rentang angka *overweight*. Total asupan energi dan zat gizi per hari pada anak sekolah juga dipengaruhi oleh frekuensi konsumsi makanan utama.

Anwar (2008), mengatakan bahwa konsumsi pangan dan gizi memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap status gizi dan kesehatan siswa. Perkembangan otak anak dipengaruhi oleh makanan. Perubahan metabolisme otak diakibatkan oleh kekurangan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam periode yang berkepanjangan dan dapat membawa pengaruh tidak baik terhadap pertumbuhan anak.

National health and nutrition examination survey yang dilakukan pada anak-anak Amerika menunjukkan bahwa 57% konsumsi energi bersumber dari *snack*. Terdapat 8,4% anak-anak yang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi *snack*, 16,2% anak-anak memiliki kebiasaan jajan dalam bentuk kue dengan kandungan gula yang tinggi, 5,2% *soft drink*, 13,3% berupa minuman ringan dan produk daging, 10,4% jajanan asin, 9,8% jenis *snack* berupa produk susu, 8,8% berupa produk sereal, 7,1% produk susu rendah lemak, 6,3% *snack* dengan sayur-sayuran, 3,1% buah-buahan dan 2,5% minuman buah (Nicklas TA, 2013).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, Sumatera Barat merupakan salah satu dari 16 provinsi dengan prevalensi sangat kurus diatas nasional, yaitu pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2% terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus (menurut IMT/U).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, didapatkan rekapitulasi hasil penjarangan kesehatan murid SD pada tahun 2017 dengan total nilai 160 (sangat kurus), 1008 (kurus), 537 (gemuk), dan 180 (obes). Prevalensi masalah gizi yang paling bermasalah yaitu di puskesmas Anak Air, tepatnya di MIN Lubuk Buaya sebanyak 58 siswa kategori sangat kurus, 31 siswa kategori kurus, dan 73 siswa dalam kategori Obesitas.

Berdasarkan survei awal berupa wawancara yang dilakukan pada 15 siswa di MIN 1 Kota Padang, yaitu hanya 6 dari 15 siswa yang melakukan kegiatan sarapan sebelum berangkat ke sekolah dan 9 siswa yang tidak sarapan memilih membeli jajanan di kantin dan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah. Jajanan yang disukai siswa tersebut antara lain seperti nasi goreng, baso bakar, makanan ringan, sosis, somai, serta minuman manis dan berwarna. Dan alasan siswa tidak melakukan kegiatan sarapan adalah terburu-buru dan agar tidak terlambat pergi ke sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, maka sangat penting untuk dilakukan penelitian mengenai Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dibahas di atas, maka peneliti akan merumuskan masalah penelitian ini, yaitu “bagaimanakah hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berdasarkan penelitian yang akan dilakukan, tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk menganalisis distribusi frekuensi kebiasaan sarapan pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.
2. Untuk menganalisis distribusi frekuensi kebiasaan jajan pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.
3. Untuk menganalisis distribusi frekuensi konsumsi makanan pokok pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.
4. Untuk menganalisis distribusi status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

5. Untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Puskesmas/masyarakat

Penelitian ini dilakukan agar memiliki manfaat bagi Puskesmas atau masyarakat, dimana peneliti mengharapkan agar dapat teratasi masalah gizi pada anak sekolah, khususnya anak usia Sekolah Dasar.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti mengharapkan dengan adanya penelitian ini akan menambahkan pengetahuan, wawasan untuk mahasiswa dan menjadi sumber informasi mengenai gizi pada anak sekolah.

1.3.3 Bagi Peneliti dan Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, peneliti dapat mengidentifikasi suatu masalah atau fakta secara sistematis yang sedang terjadi pada saat ini. Penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya untuk menambah wawasan dan pengalaman serta keyakinan dalam pemecahan suatu masalah-masalah yang akan atau sedang dihadapi dalam suatu kelompok masyarakat.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada anak Sekolah Dasar di MIN Lubuk Buaya yang dilakukan pada bulan Desember 2018 s/d Juni 2019. Penelitian ini dibatasi hanya untuk kelas 5 sekolah dasar. Penulis tertarik dengan kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan dan frekuensi konsumsi makanan pokok siswa sekolah dasar yang dihubungkan dengan status gizi karena berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, status gizi erat kaitannya dengan hal tersebut. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *studi cross sectional*. Data penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah adalah anak yang dikatakan masih tumbuh sehingga kebutuhan zat gizi meningkat yaitu pada usia anak sekolah 6–12 tahun. Makanan yang dikonsumsi setiap hari berperan besar untuk kehidupan anak dari gizi yang diperoleh. Defisiensi maupun kelebihan konsumsi zat gizi akan berpengaruh pada aspek fisik dan mental anak (Briawan D, 2017).

Hapsari IA (2011) anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Anak sekolah dengan pola makan seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik.

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi tahun 2013, diketahui bahwa kebutuhan gizi untuk anak sekolah dasar adalah sebagai berikut :

Tabel 2.1 Angka Kecukupan Gizi

Usia (tahun)	BB (kg)	TB (cm)	Energi (kkal)	Karbohidrat (g)	Protein (g)	Lemak (g)
4-6	19	112	1600	220	35	62
7-9	27	130	1850	254	49	72
10-12 (laki-laki)	34	142	2100	289	56	70
10-12 (perempuan)	36	145	2000	275	60	67

Sumber: Angka Kecukupan Gizi Anak usia 4-12 tahun berdasarkan AKG 2013

Dalam penelitian Tri Puji Lestari, dkk (2011) kebiasaan sarapan pagi, pekerjaan dan tingkat pendidikan ayah dan ibu, kebiasaan minum obat cacing dan status anemia adalah faktor yang mempengaruhi status gizi anak sekolah dasar. Akan tetapi, kebiasaan jajan adalah menjadi faktor yang dominan. Kebiasaan jajan berpengaruh terhadap status gizi, karena kebanyakan jajanan mengandung tinggi karbohidrat, sehingga membuat cepat kenyang. Selain itu, kebersihan dari jajana juga sangat diragukan.

2.2 Kebiasaan Sarapan

Menurut Depkes (2014), kebiasaan makan pagi termasuk dalam salah satu tiga belas pesan dasar gizi seimbang. Sarapan hanya memenuhi kebutuhan zat-zat gizi pada pagi hari saja dengan pemenuhan asupan zat gizi 15-30% dari kebutuhan sehari-hari yaitu sekitar 450-500 kalori dan 8-9 gram protein. Bagi anak sekolah sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina sehingga meningkatkan prestasi belajar. Di sisi lain, sarapan sebaiknya menyumbangkan energi sekitar 25% dari asupan sehari (Khomsan, 2005).

Menurut Kral TVE dkk (2011), sarapan merupakan salah satu waktu makan yang turut menyumbangkan energi dan zat gizi untuk mendukung aktivitas harian anak sekolah dan juga turut berpengaruh terhadap status gizi. Perilaku sarapan yang dilewatkan oleh anak-anak berisiko tiga kali lebih tinggi untuk mengonsumsi jajanan dan sulit dalam mengontrol nafsu makan mereka yang berdampak terhadap obesitas.

Menurut Gibson dan Gunn (2011), sarapan bermanfaat dalam mencegah hipoglikemia, menstabilkan kadar glukosa darah, dan mencegah dehidrasi setelah berpuasa sepanjang malam, dan juga bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi di pagi hari, sebagai bagian dari pemenuhan gizi seimbang.

Menurut Kral *et al.* (2011), dalam jangka panjang, sarapan bermanfaat untuk mencegah kegemukan karena kebiasaan sarapan menanamkan pola makan yang baik. Kebiasaan sarapan juga dapat membantu pengaturan berat badan bagi para penderita obesitas.

Pengukuran kebiasaan sarapan siswa dengan menggunakan *Food Recall*, dan dihitung berdasarkan banyaknya responden melakukan sarapan dalam seminggu. Kebiasaan sarapan dikategorikan menjadi tiga kategori yakni tidak pernah melakukan sarapan, kurang jika $< 80\%$ AKG dan cukup jika $\geq 80\%$ AKG (WNPG, 2004).

2.3 Kebiasaan Jajan

Menurut *Food and Agriculture Organization* (FAO), jajanan merupakan makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan, makanan atau minuman yang dijual di tempat-tempat umum tersebut dapat langsung dimakan dan dikonsumsi tanpa pengolahan dan persiapan lagi. Jajanan yang terdapat di sekolah sangat beraneka ragam. Jajanan yang tinggi kalori, karbohidrat dan lemak dapat menyebabkan terjadinya obesitas pada anak (Rampersaud GC, 2005 dan Utter J, 2007).

Pada anak, kecukupan energi dan protein berkontribusi 30.0% dan 22,3% melalui konsumsi makanan jajan. Tambahan energi pada saat sekolah bisa berdampak positif kepada anak sekolah. Anak bisa menjadi tetap aktif karena kadar gula darah tetap terjaga dengan baik. Dengan demikian makanan jajanan, khususnya jajanan yang sehat, dapat bermanfaat dan berdampak baik bagi kesehatan (Syarifah, 2010).

Menurut Yuniati (2010), bekal sekolah, makan pagi, aktifitas sekolah, iklan di televisi dan ketersediaan makanan jajanan di sekolah adalah faktor yang mempengaruhi pilihan jajanan pada anak di sekolah.

Aprillia BA (2011), kebiasaan jajan anak sangat dipengaruhi oleh ketersediaan jajan di area sekolah. Anak sekolah dasar akan menganggap rasa pada makanan lebih penting dibandingkan dengan kandungan gizi makanan tersebut. Anak cenderung membeli jajanan baik makanan atau minuman yang disediakan di kantin sekolah, sehingga ketersediaan makanan jajanan yang sehat adalah faktor dalam menentukan pemilihan jajanan yang sehat.

Pengukuran kebiasaan jajan siswa diukur dengan menggunakan *SQ-FFQ*. Dikategorikan menjadi memiliki kebiasaan jajan jika dalam sekali pengukuran pernah mengonsumsi jajanan di luar waktu makan utama dan dikategorikan tidak memiliki kebiasaan jajan jika tidak pernah mengonsumsi jajanan di luar waktu makan utama dalam sekali pengukuran (McCrary MA, 2011).

2.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok

Menurut FAO (2010), pangan pokok adalah pangan yang secara rutin dikonsumsi pada kuantitas tertentu yang menjadi bagian dominan dalam pola makan dan merupakan sumber asupan energi dan gizi utama yang dibutuhkan. Tubuh membutuhkan variasi pangan lain karena pangan pokok tidak dapat memenuhi seluruh kebutuhan nutrisi (Ariani, 2010).

Undang-Undang (UU) Pangan No 18 Tahun 2012 menegaskan pentingnya pengelompokan komoditi dapat dikategorikan sebagai Bapok yang dalam UU pangan disebut pangan pokok (Setneg, 2013). UU tersebut mendefinisikan pangan pokok sebagai pangan yang diperuntukkan sebagai makanan utama sehari-hari sesuai dengan potensi sumber daya dan kearifan lokal.

Pemerintah menetapkan jenis dan jumlah pangan pokok tertentu sebagai Cadangan Pangan Pemerintah pada pasal 28 ayat (1). Namun demikian, UU pangan ini belum secara jelas menyebutkan komoditi-komoditi pangan yang termasuk pangan pokok.

Komoditas pangan dikelompokkan ke dalam dua kelompok yaitu pangan nabati dan pangan hewani. Pangan nabati terdiri dari 10 komoditi yaitu terdiri dari beras, jagung, kedelai, kacang tanah, ubi kayu, ubi jalar, sayuran, buah-buahan, minyak goreng dan gula putih. Sedangkan pangan hewani meliputi lima komoditi yang terdiri dari daging sapi dan kerbau, daging ayam, telur, susu, dan ikan (Kementrian Pertanian, 2010).

Di sisi lain, Badan Pusat Statistik (BPS, 2011) membagi bahan pangan menjadi sembilan kelompok, yaitu :

- a. Padi-padian (beras, jagung, terigu).
- b. Umbi-umbian (singkong, ubi jalar, kentang, sagu, dan umbi lainnya).
- c. Pangan hewani (daging ruminansia, daging unggas, telur, susu, ikan).
- d. Minyak dan lemak (minyak kelapa sawit, minyak sawit, dan minyak lainnya).
- e. Buah/biji berminyak (kelapa, kemiri).
- f. Kacang-kacangan (kedelai, kacang tanah, kacang hijau, dan kacang lainnya).
- g. Gula (gula pasir, gula merah).
- h. Sayuran dan buah
- i. Lain-lain (minuman, bumbu-bumbu).

Proverawati *et al.* (2008), mengatakan bahwa anak-anak sering sekali bermasalah dalam mengonsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi karena anak-anak cenderung memilih makanan tertentu yang disukai saja. Rasa, warna, bentuk yang lucu dan menarik, menjadi karakteristik yang seringkali menjadi faktor penentu anak dalam memilih makanan. Dalam hal lain, faktor gizi seringkali tidak menjadi faktor pertimbangan. Hal ini tentu akan berpengaruh terhadap kecukupan dan kebutuhan gizi anak yang sedang dalam masa pertumbuhan yang pesat.

Menurut I Dewa Nyoman Supriasa, dkk (2014) secara umum dijelaskan penilaian konsumsi makanan untuk mengetahui kebiasaan makan dan gambaran tingkat kecukupan bahan makanan dan zat gizi pada tingkat kelompok, rumah tangga, dan perorangan, serta faktor-faktor yang yang berpengaruh terhadap

konsumsi makanan tersebut. Penilaian konsumsi makanan secara khusus bertujuan untuk salah satunya yaitu menentukan status kesehatan dan gizi keluarga dan individu, serta mengidentifikasi kelompok beresiko berkembangnya penyakit yang disebabkan oleh makanan.

Ada dua metode pengukuran konsumsi makanan yaitu metode kualitatif dan metode kuantitatif. Metode kualitatif adalah metode yang biasanya digunakan untuk mengetahui frekuensi makan, frekuensi konsumsi menurut jenis bahan makanan, dan menggali informasi tentang kebiasaan makan (*food habit*) serta cara-cara memperoleh bahan makanan tersebut.

Sedangkan metode kuantitatif yaitu suatu metode atau cara yang digunakan untuk mengetahui jumlah makanan yang dikonsumsi sehingga dapat dihitung konsumsi zat gizi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) atau daftar lain yang diperlukan seperti Daftar Ukuran Rumah Tangga (DURT), Daftar Konversi Mentah-Masak (DKMM), dan Daftar Penyerapan Minyak (DPM).

Pengukuran frekuensi konsumsi makanan pokok diukur dengan menggunakan *SQ-FFQ*. Frekuensi konsumsi makanan pokok atau utama merupakan konsumsi makanan berupa nasi ataupun sumber karbohidrat lainnya beserta lauk – pauknya dan dilakukan dalam setiap waktu makan utama dalam sehari yakni makan pagi, makan siang dan makan malam, dikategorikan menjadi 2 kali sehari, 3 kali sehari dan lebih dari 3 kali sehari (Mc Crory MA, 2011).

2.5 Status Gizi

Status gizi merupakan suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh (Khairina D, 2008). Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari *nutriture* dalam bentuk variabel tertentu. Dimana, status gizi merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk ke dalam tubuh (*nutrient input*) dengan kebutuhan tubuh (*nutrient output*) akan zat gizi tersebut (I Dewa Nyoman Supariasa, dkk 2014).

Status gizi dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu status gizi kurang, gizi normal dan gizi lebih. Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan sesuai dengan kebutuhan seseorang. Status gizi kurang atau *undernutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit daripada energi yang dikeluarkan. Hal ini diakibatkan karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu. Status gizi lebih atau *overnutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan (Khairina D, 2008).

Status gizi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi secara langsung antara lain asupan dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi secara tidak langsung antara lain sosial ekonomi keluarga, pendidikan

orang tua, pengetahuan gizi, pola asuh orang tua, pola makan keluarga, lingkungan sekolah, teman bermain, uang saku dan aktivitas fisik (Pahlevi AE, 2012).

I Dewa Nyoman Supriasa, dkk (2014), membagi penilaian status gizi secara langsung dan secara tidak langsung. Penelitian status gizi secara langsung dibagi menjadi 4 bagian, yaitu :

- a. Antropometri, yang secara umum digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein, dan energi. Dimana, keseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, dan jumlah air dalam tubuh.
- b. Klinis, pada pemeriksaan ini dapat dilihat dari jaringan epitel seperti kulit, mata rambut, dan mukosa oral atau pada organ-organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid.
- c. Biokimia, penilaian status gizi secara biokimia yaitu pemeriksaan spesimen yang diuji secara laboratorium yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh.
- d. Biofisik, suatu metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi khususnya pada jaringan dan melihat perubahan struktur jaringan.

Sedangkan penilaian status gizi secara tidak langsung dibagi menjadi 3, yaitu sebagai berikut :

- a. Survei konsumsi Makanan, yaitu penilaian status gizi yang digunakan dengan cara melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi.

- b. Statistik vital, metode ini digunakan dengan cara menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, dan data lainnya yang berhubungan dengan gizi.
- c. Faktor ekologi, yaitu untuk melakukan program intervensi gizi di masyarakat sebagai dasar penyebab malnutrisi (Schrimshaw, 1964).

Pengukuran status gizi pada siswa diukur dengan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur yang kemudian dibandingkan dengan standar deviasi (SD). Berikut adalah kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) anak umur 5-18 tahun menurut Kemenkes RI (2011) yaitu, sebagai berikut :

1. Sangat Kurus : Zscore < -3 SD
2. Kurus : Zscore -3 SD s/d < -2 SD
3. Normal : Zscore -2 SD s/d 1 SD
4. Gemuk : Zscore > 1 SD s/d 2 sd
5. Obesitas : Zscore > 2 SD

2.6 Penelitian Terkait

Tabel 2.2 Penelitian Terkait

No	Nama	Judul	Hasil
1.	Kurnia Noviani1, Effatul Afifah, Dewi Astiti (2016)	Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungan-nya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta	Hasil analisis chi-square hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi diperoleh p 0,781 ($p>0,05$) yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi. Hasil analisis ChiSquare hubungan pola makan dengan status gizi diperoleh p 0,008 ($p<0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi.
2.	Nuryani, Rahmawati (2018)	Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo	Sebanyak 50,7% siswa laki-laki dan 49,3% siswa perempuan. Sebanyak 64,9% siswa yang memiliki kebiasaan sarapan pagi, 17,9% siswa yang mempunyai kebiasaan mengonsumsi makanan utama ≥ 3 kali sehari dan 78,4% siswa memiliki kebiasaan jajan saat di sekolah. Terdapat 13,4% siswa dengan status gizi kurus, 67,9% dengan status gizi normal dan 18,7% dengan status gizi obesitas. Terdapat hubungan

			antara status gizi dengan kebiasaan jajan ($p = 0,030$), sementara kebiasaan sarapan dan frekuensi konsumsi makanan dengan $p > 0,05$ menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan dengan status gizi.
3.	Yuni Yanti Mariza, Aryu Candra Kusumastuti (2013)	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang	Prevalensi overweight dan obesitas sebesar 11,7% dan 8%. Pada penelitian ini ditemukan 13 subjek (40,62%) pada kelompok kasus dan 15 subjek (46,87%) pada kelompok kontrol yang tidak biasa sarapan dan tidak terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi ($p=0.614$; $OR=0,636$; $CI=0.479-3.470$). Hasil penelitian juga menunjukkan 29 subjek (90,65%) kelompok kasus dan 17 subjek (53,15%) kelompok kontrol biasa jajan dan terdapat hubungan antara kebiasaan jajan terhadap kejadian obesitas dan kegemukan ($p=0.001$; $OR=7.012$; $CI=2.153-33.788$). Terdapat 28 subjek (43,76%) yang tidak biasa sarapan tetapi biasa jajan, dan tidak terdapat subjek yang tidak biasa sarapan

			<p>tetapi tidak biasa jajan.</p> <p>Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan kebiasaan jajan ($p=0,000$; $OR=1.500$; $CI=0.361-0.693$)</p>
4.	<p>Indah Suci Anzarkusuma, Erry Yudhya Mulyani, Idrus Jus'at, Dudung Angkasa (2014)</p>	<p>Status Gizi</p> <p>Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Rajeg Tangerang</p>	<p>berdasarkan imt/u didapatkan rata-rata nilai <i>z-score</i> (0.4 ± 1.8). responden yang memiliki frekuensi makan 3 kali dalam sehari sebanyak 53.2%, memiliki kebiasaan sarapan pagi sebanyak (94.4%) dan tidak memiliki kebiasaan membawa bekal makanan sebanyak (79,0%), dengan rata-rata nominal uang saku sebesar (3200 ± 1.400) rupiah. ada perbedaan status gizi anak berdasarkan frekuensi makan ($p<0,05$), tidak ada perbedaan status gizi anak berdasarkan jenis kelamin, umur, nominal uang saku, kebiasaan sarapan pagi dan kebiasaan membawa bekal makanan ($p\geq 0.05$).</p>
5.	<p>Leily Amalia, Oktavianus Para Endro, dan M. Rizal M. Damanik (2012)</p>	<p>Preferensi Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cijeruk, Kabupaten</p>	<p>Besar keluarga subjek sebagian besar (65.5%) tergolong sedang (4-6 orang). Pendidikan ayah dan ibu subjek sebagian besar tamatan SD (42.5%) dan tidak tamat SD (31.3% dan 23.8%).</p>

		Bogor	<p>Pendapatan keluarga per kapita subjek umumnya tergolong miskin (51.3%) dan 40.0% termasuk kategori hampir miskin. Rata-rata pendapatan keluarga per kapita adalah Rp 183 063, lebih rendah dari garis kemiskinan Jawa Barat pedesaan (Rp 210.000). Rata-rata uang jajan subjek adalah Rp 2 293.7. Pengetahuan gizi subjek umumnya (47.5%) berada pada kategori sedang. Urutan makanan jajanan yang paling disukai hingga agak disukai adalah buah, minuman, makanan gorengan, kue, keringan asin, dan jajanan sepinggan. Alasan utama subjek dalam menyukai semua kelompok makanan jajanan adalah rasa (minimal 60%). Urutan kelompok jajanan dengan frekuensi konsumsi dalam seminggu dari tertinggi hingga terendah adalah makanan digoreng (7.0 kali), minuman (6.7 kali), kue (6.3 kali), jajanan sepinggan (6.2 kali), keringan asin (5.3 kali), dan buah (5.0 kali).</p>
6.	Marhamah,	Perilaku Konsumsi	Hasil penelitian menunjukkan

	Abzeni, dan Juwita (2014)	Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kota Serang	bahwa kebiasaan sarapan sebelum berangkat ke sekolah berkorelasi positif sangat nyata terhadap status gizi siswa, dengan $r = 0,263^{**}$. Hasil penelitian ini merekomendasikan agar siswa sekolah dasar membiasakan diri sarapan setiap pagi serta harus memperhatikan jumlah dan jenis makanan dan minuman jajanan untuk menghindari risiko kelebihan berat badan karena mengonsumsi makanan yang kandungan gizinya tidak berimbang.
7.	Desi, Suaebah, Winda Dwi Astuti (2018)	Hubungan Sarapan, Uang Saku Dengan Jajanan Di Sd Kristen Immanuel Ii Kubu Raya	Pada penelitian ini ditemukan sebanyak 61,8% anak Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kubu Raya melakukan sarapan pagi. 58,8% siswa/i membawa uang saku lebih dari rata-rata dan sebanyak 86,8% siswa/i membawa uang saku dan membeli makanan jajanan di sekolah. ada hubungan yang bermakna antara uang saku dengan konsumsi jajanan pada anak Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kubu Raya sedangkan antara sarapan dengan konsumsi

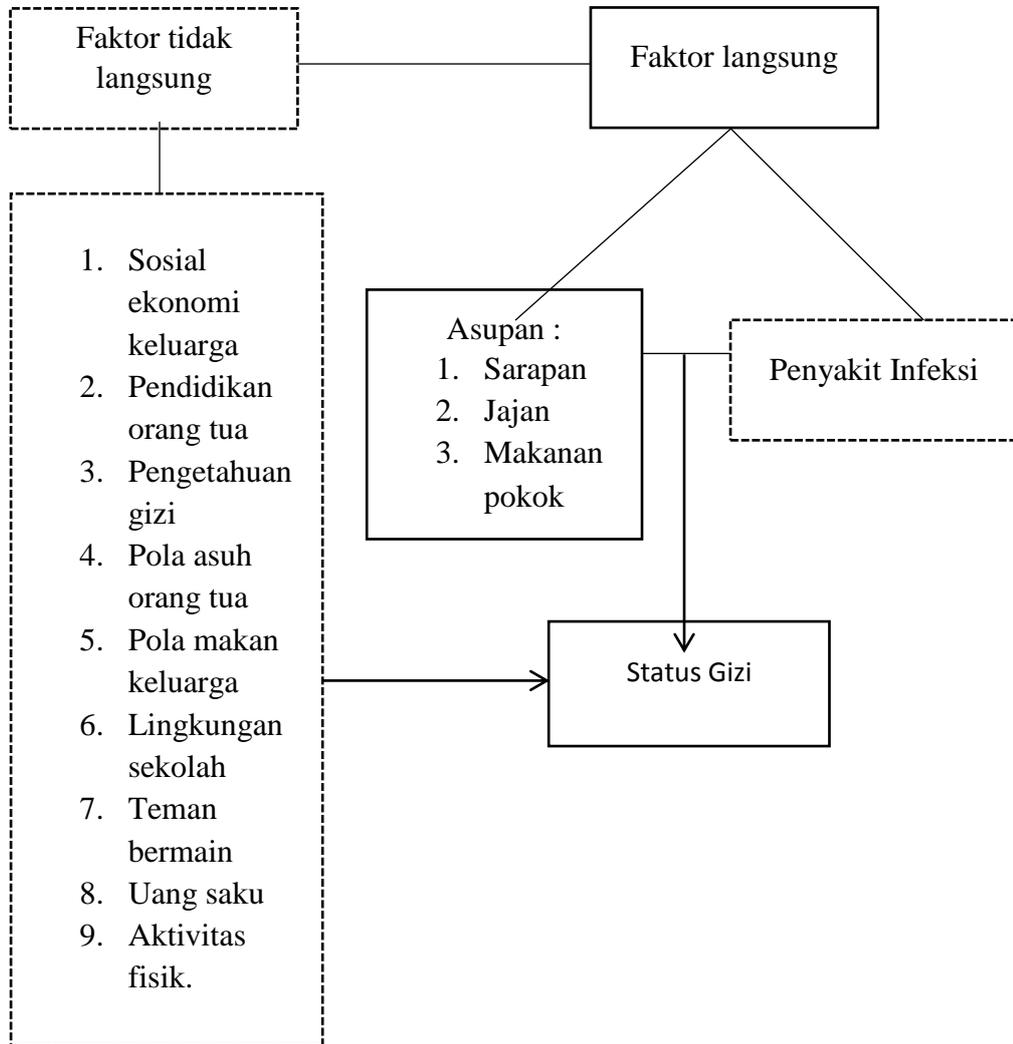
			jajanan pada anak di Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kubu Raya tidak ada hubungan yang bermakna.
8.	Tri Puji Lestari, Listyani Hidayati, dan Shoim Dasuki (2011)	Hubungan Pola Konsumsi Makanan Jajanan Dengan Morbiditas Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Kartasura	Terdapat 1 anak yang tergolong dalam kategori gemuk dengan frekuensi jajan tertinggi yaitu 7-8 kali perhari, sedangkan responden dengan frekuensi jajan terendahnya yaitu 1 kali sehari, yang status gizinya tergolong dalam kategori kurus adalah sebanyak 1 orang dan yang tergolong dalam kategori normal ada-lah sebanyak 2 orang, sedangkan res-ponden yang jajan sebanyak 3-4 kali per hari, yang tergolong status gizi kurus adalah sebanyak 2 responden, status gizi normal sebanyak 11 responden, status gizi gemuk sebanyak 3 responden.
9.	Neng Lia Fitriani1, Septian Andriyani (2015)	Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan Di Sd Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten	Berdasarkan hasil uji <i>chi-square</i> diketahui bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap anak usia sekolah akhir (10-12 tahun) tentang makanan jajanan (nilai <i>p value</i> = 0,065 > 0,05).

		Bandung Barat Tahun 2015	
10.	Fachruddin Perdana dan Hardinsyah (2013)	Analisis Jenis, Jumlah, Dan Mutu Gizi Konsumsi Sarapan Anak Indonesia	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sepuluh jenis makanan yang paling banyak dikonsumsi selama sarapan adalah nasi, kangkung, telur ayam, ikan, tempe, mi instan, tahu, roti, daging ayam, dan biskuit; lima jenis minuman yang paling banyak dikonsumsi selama sarapan adalah air putih, teh, susu, kopi, dan sirup. Makanan yang dikonsumsi dengan rata-rata lebih dari 5 g/hari selama sarapan adalah nasi, kangkung, telur ayam, ikan, tempe, dan mie instan. Minuman yang dikonsumsi dengan rata-rata lebih dari 15 mL/hari selama sarapan adalah air putih, teh, dan susu. Hanya 10.6% dari sarapan anak yang mencukupi asupan energi >30%.
11.	Hardinsyah dan Muhammad Aries (2012)	Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6-12 Tahun Di Indonesia	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sepuluh makanan yang paling favorit dikonsumsi saat sarapan adalah nasi putih, telur ceplok/dadar, tempe goreng, sayur berkuah, ikan goreng, mi instan, nasi goreng, sayuran (tumis), dan

			<p>tahu goreng; sedangkan lima minuman terpopuler yang dikonsumsi sebagai sarapan adalah air putih, teh manis, susu kental manis, susu instan, dan air teh. Hampir separuh (44.6%) anak usia sekolah sarapan dengan kualitas gizi rendah. Sekitar 44.6%, 35.4%, 67.8%, 85.0%, 89.4%, dan 90.3% anak hanya memperoleh gizi <15% AKG dari sarapan (berturut-turut untuk energi, protein, vitamin A, zat besi, kalsium, dan serat).</p>
12.	April Lani (2017)	Hubungan Frekuensi Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar	<p>Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan frekuensi sarapan, konsumsi jajan, aktivitas fisik, dan asupan energi dengan <i>z-score</i> IMT/U pada anak sekolah dasar. Variabel <i>z-score</i> IMT/U digambarkan sebesar 57,3% oleh konsumsi jajan, aktivitas fisik, dan asupan energi.</p>
13.	Dwi Wahyuniarti Prabowo (2014)	Pengelompokan komoditi bahan pangan pokok dengan metode analytical hierarchy process	<p>Hasil temuan menyimpulkan enam kriteria penentu komoditas sebagai Bapok yaitu pangsa pengeluaran komoditi dalam pengeluaran pangan rumah tangga; kontribusi kandungan komoditi terhadap karbohidrat;</p>

			<p>konsumsi terhadap protein; frekuensi konsumsi; kontribusi konsumsi komoditi terhadap vitamin dan mineral; serta pangsa produksi domestik terhadap konsumsi. Berdasarkan kriteria tersebut, calon Bapok yang diusulkan adalah beras, telur ayam ras, kedelai (tahu dan tempe), daging ayam ras, ikan kembung segar, ikan bandeng segar, gula pasir, susu, minyak goreng, dan terigu.</p>
--	--	--	--

2.7 Kerangka Konsep



Keterangan :

— : yang diteliti

--- : yang tidak diteliti

2.8 Hipotesa

Ho : Tidak ada hubungan antara sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

Ha : Ada hubungan antara kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

2.9 Definisi Operasional

Tabel 2.3 Definisi Operasional

No	variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Status gizi	Hasil pengukuran antropometri berat badan (BB) dan tinggi badan (TB), yang hasilnya dinyatakan dengan nilai IMT/U berdasarkan nilai z-score (WHO 2007)	BB : Timbangan TB : Mikrotoice Umur : Kuesioner	Antropometri (IMT/U)	IMT/U 1. Sangat kurus <-3 SD 2. Kurus -3 SD s/d <-2 SD 3. Normal -2 SD s/d 1 SD 4. Gemuk >1 SD s/d 2 SD 5. Obesitas >2 SD (Kemenkes RI, 2011)	Ordinal
2.	Kebiasaan sarapan	Kegiatan makan dan minum yang dilakukan antar bangun pagi sampai	<i>Food Recall</i>	Wawancara	0 = Tidak pernah 1 = Kurang jika < 80% AKG 2 = Cukup jika	Ordinal

		jam 9 untuk memenuhi kebutuhan gizi harian (Kemenkes 2014)			$\geq 80\%$ AKG (WNPG, 2004)	
3.	Kebiasaan jajan	Makanan yang dijual oleh pedagang kaki lima yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (WHO, 2015)	<i>SQ-FFQ</i>	Wawancara	0 = sering jika jajan lebih dari 3 kali 1 = Jarang jika jajan 2-3 kali dalam sehari. (Winarno, 2004)	Ordinal
4.	Frekuensi konsumsi makanan pokok	sumber asupan energi dan gizi utama yang dibutuhkan oleh tubuh (FAO, 2010)	<i>SQ-FFQ</i>	Wawancara	0 = Tidak baik jika $< 3x$ sehari 1 = Baik jika $\geq 3x$ sehari (McCrorry MA, 2011)	Ordinal

BAB III

Metode Penelitian

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *observasional* dalam bidang gizi masyarakat dengan rancangan *cross sectional* (untuk melihat banyak kasus dan hubungan antar variabel). Beberapa variabel independennya yaitu (kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok) dan variabel dependen yaitu (status gizi) yang diamati secara bersamaan.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian akan dilakukan di MIN 1 Kota Padang pada bulan Desember 2018 s/d Juni 2019.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti (Notoadmojo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi kelas V yang aktif dalam mengikuti pendidikan formal di sekolah MIN 1 Kota Padang, dimana siswa kelas V merupakan usia menuju remaja yang suka jajan menurut yang ia kehendaki dan orang tua sudah tidak terlalu memperhatikan kebiasaan anak tersebut. Populasinya yaitu sebanyak 99 siswa dari kelas 5a, 5b dan 5c.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dianggap mewakili populasi (Notoadmojo, 2012). Pengambilan sampel pada penelitian ini berjumlah 99 responden dengan menggunakan teknik *random sampling*.

Sampel diambil berdasarkan rumus Lameshow :

$$n = \frac{\left(Z_{1 - \frac{\alpha}{2}}\right)^2 \times P(1 - P)N}{d^2(N - 1) + \left(Z_{1 - \frac{\alpha}{2}}\right)^2 \times P(1 - P)}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,5(1 - 0,5)99}{0,1^2(99 - 1) + (1,96)^2 \times 0,5(1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{3,84 \times 0,5(0,5)99}{0,01 (98) + (3,84) \times 0,5(0,5)}$$

$$n = \frac{95,04}{1,99}$$

$$n = 49$$

Keterangan rumus :

n = besar sampel

N = jumlah populasi

d = tingkat kepercayaan atau ketepatan yang diinginkan (10% = 0.1)

Z = tingkat kepercayaan 95% nilai $Z_{1-\alpha/2} = 1,96$

P = proporsi yang diinginkan 50% = 0,5

Berdasarkan perhitungan di atas, maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 49 responden yaitu dari kelas 5a, 5b dan 5c.

Sampel ditentukan secara proporsional dengan rincian sebagai berikut :

a. Kelas 5a

$$\frac{33}{99} \times 49 = 16$$

Kelas 5a dengan jumlah murid 33 orang, secara proporsional didapatkan sampel sebanyak 16 responden.

b. Kelas 5b

$$\frac{33}{99} \times 49 = 16$$

Kelas 5b dengan jumlah murid 33 orang, secara proporsional didapatkan sampel sebanyak 16 responden.

c. Kelas 5c

$$\frac{33}{99} \times 49 = 17$$

Kelas 5c dengan jumlah murid 33 orang, secara proporsional didapatkan sampel sebanyak 17 responden.

Kriteria sampel dalam penelitian ini ada dua macam yaitu kriteria inklusi dan kriteria eklusi.

a. Kriteria Inklusi

1. Siswa/siswi kelas V MIN 1 Kota Padang.
2. Siswa/siswi yang bersedia untuk diwawancarai atau menjadi sampel penelitian.
3. Tidak sedang menderita penyakit infeksi akut/kronik atau dalam perawatan dokter.

b. Kriteria Eklusi

1. Mengundurkan diri selama penelitian berlangsung.
2. Pindah sekolah.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- a. Timbangan injak (bathroom scale) untuk pengukuran berat badan siswa.
- b. Microtoice kapasitas 200 cm dengan tingkat ketelitian 0.1 cm untuk mengukur tinggi badan.
- c. Kuesioner data karakteristik subjek yang terdiri dari identitas subjek
- d. *Food Recall* untuk mengetahui jumlah, frekuensi, dan jenis sarapan yang dikonsumsi oleh subjek.
- e. *SQ-FFQ* untuk mengetahui aneka jumlah, frekuensi dan jenis jajanan yang dikonsumsi subjek.
- f. *SQ-FFQ* untuk mengetahui aneka jumlah, frekuensi dan jenis makanan pokok yang dikonsumsi subjek.
- g. *Food mode* gambar/buku foto makanan untuk menggambarkan ukuran jenis makanan yang dikonsumsi oleh subjek.

3.5 Pengumpulan Data

3.5.1 Data Primer

Data primer dari penelitian ini adalah data kebiasaan sarapan, kebiasaan jajanan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok anak yang didapatkan melalui *Food Recall*, *SQ-FFQ* dan wawancara kepada siswa. Serta data status gizi melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa.

3.5.2 Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini yaitu biodata siswa yang didapat dari Kepala Sekolah MIN 1 Kota Padang dan data mengenai status gizi anak Sekolah Dasar yang didapat dari Dinas Kesehatan Kota Padang.

3.6 Pengolahan dan Analisa Data

3.6.1 Pengolahan Data

a. Pengolahan Data Secara Manual

1. Editing (Penyuntingan Data)

Hasil wawancara angket yang diperoleh atau dikumpulkan melalui kuesioner perlu disunting (edit), terlebih dahulu. Kalau ternyata masih ada data atau informasi yang tidak lengkap, dan tidak mungkin dilakukan wawancara ulang, maka kuesioner tersebut dikeluarkan (*droup out*).

Hasil wawancara kebiasaan sarapan siswa yang diperoleh diukur menggunakan *Food Recall* dan kebiasaan sarapan siswa dikategorikan menjadi cukup jika $\geq 80\%$ AKG, kurang jika $< 80\%$ Akg, dan dalam kategori tidak pernah apabila siswa sama sekali tidak pernah melakukan kegiatan sarapan sebelum berangkat ke sekolah.

Kebiasaan jajan siswa diukur dengan menggunakan *SQ-FFQ* melalui wawancara kepada siswa. Kebiasaan jajan siswa dikatakan jarang apabila siswa melakukan jajan 2-3 kali dalam sehari dan dikatakan sering apabila siswa melakukan kegiatan jajan lebih dari 3 kali sehari.

Hasil wawancara pengukuran frekuensi konsumsi makanan pokok pada siswa didapatkan melalui *SQ-FFQ*. Frekuensi konsumsi makanan pokok siswa dikategorikan tidak baik jika $< 3x$ sehari dan dikategorikan baik jika $\geq 3x$ sehari.

Hasil pengukuran status gizi siswa berupa antropometri (IMT/U) dilakukan dengan cara mengukur tinggi badan, berat badan serta umur melalui angket kuesioner siswa. Status gizi siswa (IMT/U) dikategorikan menjadi sangat

kurus jika <-3 SD, Kurus jika -3 SD s/d <-2 SD, Normal jika -2 SD s/d 1 SD, Gemuk jika >1 SD s/d 2 SD dan Obesitas jika >2 SD.

2. Membuat Lembaran Kode atau Kartu Kode

Lembaran atau kartu kode adalah instrumen berupa kolom-kolom untuk merekam data secara manual. Lembaran atau kartu kode berisi nomor responden, dan nomor-nomor pertanyaan.

3. Memasukkan Data

Memasukkan data yaitu mengisi kolom-kolom atau kotak-kotak lembar kode atau kartu kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

4. Tabulasi

Tabulasi ialah membuat tabel-tabel data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti.

b. Pengolahan Data dengan Komputer

1. Editing

Secara umum, editing adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner tersebut. Apabila ada jawaban-jawaban yang belum lengkap, kalau memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi jawaban-jawaban tersebut. Tetapi apabila tidak memungkinkan, maka pertanyaan yang jawabannya tidak lengkap tersebut tidak diolah atau dimasukkan dalam pengolahan.

2. Coding

Setelah semua kuesionel diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau “coding”, yaitu mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Coding atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entri*).

3. Memasukkan Data atau Processing

Pada tahapan ini, jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “software” komputer. *Software* komputer ini bermacam-macam, masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangannya. Salah satu paket program yang paling sering digunakan untuk “entri data” penelitian adalah paket program SPSS for Window.

4. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

3.6.2 Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada umumnya, dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi responden dan persentase dari tiap

variabel baik variabel independen (kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan frekuensi konsumsi makanan pokok) maupun variabel dependen (status gizi).

b. Analisa Bivariat

Dalam analisa bivariat ini dilakukan beberapa tahap, antara lain :

1. Analisa proporsi atau presentase, dengan membandingkan distribusi silang antara dua variabel yang bersangkutan.
2. Analisa uji statistic dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan derajat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$) dan dinyatakan bermakna bila $p \leq 0,05$ maka hasil pengukuran statistic bermakna, artinya ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi, ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi dan ada hubungan antara frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi.

3.7 Etika Penelitian

Menurut Nursalam (2016) terdapat 3 macam prinsip etika dalam penelitian atau pengumpulan data yang harus diperhatikan oleh setiap peneliti, yaitu :

1. Prinsip Manfaat
 - a. Bebas dari eksploitasi

Partisipasi responden dalam penelitian ini harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Responden harus diyakinkan bahwa prinsipnya dalam penelitian atau informasi yang telah diberikan, tidak akan dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan responden.

b. Risiko (*benefits ratio*)

Peneliti harus hati-hati mempertimbangkan risiko keuntunganyang akan berakibat bagi responden pada setiap tindakan.

2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (*respect human dinity*)

a. Hak untuk ikut atau tidak menjadi responden (*right to self determination*)

Setiap responden dalam penelitian ini harus diperlakukan secara manusiawi. Responden dapat memutuskan bersedia atau tidak sebagai responden dalam penelitian, karena responden memiliki hak untuk menolak tanpa adanya sanksi apapun diberikan oleh peneliti.

b. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclousue*)

peneliti harus memberikan penjelasan kepada responden secara rinci serta akan bertanggung jawab apabila terjadi sesuatu pada responden.

c. *Informed Consent*

Saat dilakukan penelitian, responden harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan dari penelitian yang akan dilaksanakan dan mempunyai hak untuk menolak menjadi responden. Pada *informed consent*, perlu dicantumkan bahwa daya yang telah diperoleh hanya digunakan untuk pengembangan ilmu.

3. Prinsip Keadilan (*right to justice*)

a. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treatment*)

Sebelum, selama, dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian, responden harus diperlakukan secara adil oleh peneliti dan tanpa adanya diskriminasi apabila responden tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian.

c. Hak dijaga kerahasiaannya (*right to privacy*)

Responden mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, sehingga perlu adanya tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidentiality*).

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

MIN 1 Kota Padang berdiri pada tahun 1959 yang mana berdirilah sebuah tempat Pendidikan Guru Agama (PGA) swasta, masyarakat setempat yang merasakan pentingnya pendidikan agama bagi generasi muda di daerah Anak Air khususnya dan kecamatan Koto Tangah lalu dibentuklah ruang belajar dari atas tanah seluas \pm 3.575 M. Melihat akan pentingnya kebutuhan sekolah dasar yang berciri khas Agama Islam di Lubuk Buaya, maka sekolah Pendidikan Guru Agama (PGA) dirubah menjadi Menjadi Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) dengan perubahan tersebut maka MIS mendapat bantuan dana dari pemerintah. Dengan dana tersebut dibangun 2 (dua) gedung lagi yang yang berfungsi sebagai kelas.

Pada tahun 1968 Pemerintah merubah status menjadi Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) Lubuk Buaya Padang dengan dikeluarkannya SK Menteri Agama RI No.164 Tahun 1968 dan diresmikan oleh Bapak Menteri Agama Republik Indonesia (RI) yaitu Bapak KH. Ahmad Dahlan pada tanggal 6 Agustus 1968, dengan perubahan status ini MIN Lubuk Buaya Kota Padang melanjutkan pembangunan fisik yakni perubahan gedung dan memfokuskan pada pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM) baik tenaga pengajar maupun peserta didik sehingga siswa mendapatkan bekal dasar disiplin ilmu yang tinggi untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya. Dan pada tahun 2017 menjadi Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 1 Kota Padang.

MIN 1 Kota Padang adalah sekolah madrasah ibtidayah yang terletak di jalan Anak Air Batipuh Panjang Kecamatan Koto Tangah yang sudah terakreditasi A dan memiliki banyak prestasi, baik di bidang akademik maupun ekstrakurikuler. Selama 4 tahun terakhir, MIN 1 Kota Padang tersebut terdapat 360 siswa dengan 38 guru yaitu 22 GT/PNS, 8 GT/Honorar, 3 TT/PNS, dan 5 TT/Honorar.

4.2 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui karakteristik responden pada tabel 5.1 :

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di MIN 1
Kota Padang Tahun 2019

Karakteristik Responden	Jumlah	
	<i>f</i>	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	27	55,1
Perempuan	22	44,9
Total	49	100,0
Umur		
10 tahun	3	6,1
11 tahun	33	67,3
12 tahun	13	26,5
Total	49	100,0

Dari tabel 5.1 dapat dilihat responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 27 responden (55,1%) dan yang berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 22 responden (44,9%). Sedangkan dominasi umur responden yaitu umur 11 tahun sebanyak 33 responden (67,3%), umur 10 tahun berjumlah 3 responden (6,15%) dan umur 12 tahun berjumlah 13 responden (26,5%).

4.3 Hasil Analisis Univariat

Tujuan dari analisa univariat adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel yang diteliti. Dimana variabel tersebut meliputi kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan dan frekuensi konsumsi makanan pokok.

4.3.1 Status Gizi

Distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi di MIN 1 Kota Padang pada Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.2 :

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Di MIN 1
Kota Padang Pada Tahun 2019

No	Status Gizi	Jumlah	
		<i>f</i>	%
1.	Kurus	1	2,0
2.	Normal	38	77,6
3.	Gemuk	3	6,1
4.	Obesitas	7	14,3
Total		49	100,0

Berdasarkan tabel 5.2 diketahui bahwa lebih dari separuh responden bersatus gizi normal yaitu sebanyak 38 siswa (77,6%), dan diantaranya responden yang berstatus gizi kurus 1 siswa (2,0%), gemuk 3 siswa (6,1%) dan 7 siswa (14,3%) dengan status gizi obesitas.

4.3.2 Kebiasaan Sarapan

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan sarapan di MIN 1 Kota Padang pada Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.3 :

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Di
MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

No	Kebiasaan Sarapan	Jumlah	
		<i>f</i>	%
1.	Tidak Pernah	5	10,2
2.	Kurang (<80% AKG)	27	55,1
3.	Cukup (\geq 80% AKG)	17	34,7
Total		49	100,0

Dari tabel 5.3 diketahui bahwa responden memiliki kebiasaan sarapan kurang sebanyak 27 responden (55,1%), kebiasaan sarapan cukup sebanyak 17 responden (34,7%) dan kebiasaan sarapan tidak pernah sebanyak 5 responden (10,2%).

4.3.3 Kebiasaan Jajan

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan jajan di MIN 1 Kota Padang pada Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.4 :

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan Di MIN 1
Kota Padang Tahun 2019

No	Kebiasaan Jajan	Jumlah	
		<i>f</i>	%
1.	Sering (>3x/hari)	18	36,7
2.	Jarang (2-3x/hari)	31	63,3
Total		49	100,0

Berdasarkan pada tabel 5.3 diketahui bahwa responden memiliki kebiasaan jajan jarang sebanyak 31 responden (63,3%), sedangkan kebiasaan jajan sering sebanyak 18 siswa (36,7%).

5.3.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok

Distribusi frekuensi responden berdasarkan frekuensi konsumsi makanan pokok di MIN 1 Kota Padang pada Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.2 :

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan
Pokok Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

No	Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok	Jumlah	
		<i>f</i>	%
1.	Tidak Baik	15	30,6
2.	Baik	34	69,4
Total		49	100,0

Dari tabel 5.5 diketahui bahwa frekuensi konsumsi makanan pokok responden baik berjumlah 34 responden (69,4%) dan frekuensi konsumsi makanan pokok tidak baik berjumlah 15 responden (30,6%).

4.4 Hasil Analisa Bivariat

4.4.1 Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN

1 Kota Padang Tahun 2019

Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1

Kota Padang dapat dilihat pada tabel 5.6 :

Tabel 5.6

**Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1
Kota Padang Tahun 2019**

Kebiasaan Sarapan	Status Gizi								Total		P-Value
	Kurus		Normal		Gemuk		Obes				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
Tidak Pernah	0	0	4	8,2	0	0	1	2,0	5	10,2	0,034
Kurang	1	2,0	25	51,0	1	2,0	0	0	27	55,1	
Cukup	0	0	9	18,4	2	4,1	6	12,2	17	34,7	
Total	1	2,0	38	77,6	3	6,1	7	14,3	49	100	

Berdasarkan tabel 5.6 dapat dilihat bahwa status gizi normal lebih tinggi yaitu berjumlah 25 responden (51,0%) pada siswa yang memiliki kebiasaan sarapan kurang sedangkan yang paling rendah pada responden yang memiliki kebiasaan sarapan tidak pernah yaitu 4 responden (8,2%). Dari uji *chi-square*

didapatkan nilai $p=0,034 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

4.4.2 Hubungan kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Hubungan kebiasaa jajan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang dapat dilihat pada tabel 5.7 :

Tabel 5.7
Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Kebiasaan Jajan	Status Gizi								Total		P-Value
	Kurus		Normal		Gemuk		Obes				
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Sering	0	0	7	14,3	1	2,0	5	10,2	13	30,6	0,030
Jarang	1	2,0	31	63,3	2	4,1	2	4,1	36	69,4	
Total	1	2,0	38	77,6	3	6,1	7	14,3	49	100	

Berdasarkan tabel 5.7 dapat dilihat bahwa responden yang memiliki status gizi normal lebih tinggi dengan kebiasaan jajan jarang yaitu sebanyak 31 siswa (63,3%) dan responden dengan kebiasaan jajan sering sebanyak 7 responden (14,3%). Dari uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,030 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

4.4.3 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Hubungan frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang dapat dilihat pada tabel 5.8 :

Tabel 5.8
Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok	Status Gizi								Total		P-Value
	Kurus		normal		Gemuk		obes				
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Tidak Baik	1	2,0	10	20,4	2	4,1	2	4,1	15	30,6	0,217
Baik	0	0	28	57,1	1	2,0	5	10,2	34	69,4	
Total	1	2,0	38	77,6	3	6,1	8	14,3	49	100	

Berdasarkan tabel 5.8 dapat dilihat bahwa responden dengan status gizi normal lebih tinggi memiliki frekuensi konsumsi makanan pokok baik yaitu sebanyak 28 siswa (57,1%). Sedangkan respondeng dengan frekuensi konsumsi makanan pokok tidak baik yaitu berjumlah 10 responden (20,4%). Dari uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,217 > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Analisa Univariat

5.1.1 Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa lebih dari separuh responden berstatus gizi normal yaitu sebanyak 77,6% (38 siswa), dan diantaranya responden yang berstatus gizi kurus 2,0% (1 siswa), gemuk 6,1% (3 siswa) dan 14,3% (7 siswa) dengan status gizi obesitas. Hasil penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umardani, Mawi (2011) Sebagian besar status gizi siswa (laki-laki 72,2% dan perempuan 86,4%) sudah termasuk dalam kategori normal.

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, prevalensi status gizi diatas nasional, yaitu pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2% terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus (menurut IMT/U).

Status gizi merupakan suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh (Khairina D, 2008).

5.1.2 Kebiasaan Sarapan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa responden memiliki kebiasaan sarapan yang kurang sebanyak 27 responden (55,1%), kebiasaan sarapan yang cukup sebanyak 17 responden (34,7%) dan yang tidak pernah melakukan sarapan sebanyak 5 responden (10,2%). Penelitian ini

tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Lani, April (2017) yaitu energi setiap sarapan pada anak yang sering melakukan sarapan (43 orang) berkisar 350,18 kkal sampai 625,24 kkal dengan rata-rata $492,61 \pm 80,79$ kkal. DEPKES RI mengatakan bahwa sarapan yang baik harus memenuhi 15-30% dari kebutuhan energi total sehari, dalam penelitian ini menghitung 25% dari kebutuhan sehari yaitu 525 kkal bagi laki-laki dan 500 kkal bagi perempuan.

Kral TVE dkk (2011) mengatakan bahwa sarapan merupakan salah satu waktu makan yang turut menyumbangkan energi dan zat gizi untuk mendukung aktivitas harian anak sekolah dan juga turut berpengaruh terhadap status gizi.

Anak sekolah sangat membutuhkan asupan zat gizi. Sarapan sangat penting bagi anak sekolah. Anak yang terbiasa sarapan pagi akan mempunyai kemampuan yang lebih baik dibanding anak yang tidak terbiasa sarapan pagi. Selain itu juga kurang berkonsentrasi, mudah lelah, dan mudah mengantuk. Sarapan akan memacu pertumbuhan dan memaksimalkan kemampuan anak di sekolah (Alamin, dkk, 2014). Kebiasaan sarapan yang baik juga berhubungan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang lebih sehat dan aktivitas fisik yang lebih tinggi pada anak sekolah (Sandercock, dkk, 2010).

5.1.3 Kebiasaan Jajan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa responden memiliki kebiasaan jajan dalam kategori jarang sebanyak 31 responden (63,3%), sedangkan dalam kategori sering sebanyak 18 siswa (36,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamila (2017) menunjukkan bahwa lebih dari separuh contoh penelitian 58.1% cenderung

jajan 2-3 kali dalam sehari. Selain itu terdapat 33.3% contoh melakukan jajan lebih dari 3 kali sehari. Hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian besar contoh termasuk ke dalam kategori jarang dalam hal mengonsumsi jajanan. Menurut Brown et al. (2011), jajanan berkontribusi cukup besar bagi asupan harian anak. Anak-anak tidak bisa mengonsumsi makanan dalam jumlah besar pada satu waktu dan karena itu dibutuhkan jajanan untuk dapat memenuhi kebutuhan gizinya.

Mengonsumsi makanan jajanan sedikit maupun banyak memang dapat mengurangi rasa lapar. Pemenuhan kebutuhan psikis akan dipengaruhi oleh banyak faktor, Salah satu jajan adalah untuk memenuhi kebutuhan psikis mereka. Dari segi gizi ternyata makanan jajanan kaki lima menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebanyak 36%, protein dan zat gizi besi 52%, tetapi keamanan jajanan tersebut baik dari segi mikrobiologis maupun kimiawi masih diragukan (Widodo, 2006).

Kebiasaan jajan yang dianalisis dengan menggunakan Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire bertujuan untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan jenis dan jumlah jajanan yang dikonsumsi oleh responden selama satu bulan terakhir.

5.1.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa frekuensi konsumsi makanan pokok responden yang baik berjumlah 34 responden (69,4%). dan responden yang memiliki frekuensi konsumsi makanan pokok tidak baik berjumlah 15 responden (30,6%). Penelitian ini sejalan dengan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011 menyatakan bahwa Frekuensi konsumsi

makanan 3 kali per hari dihubungkan dengan status gizi normal, sementara frekuensi makanan >3 kali per hari berkaitan dengan tingginya angka indeks massa tubuh yakni pada rentang angka *overweight*.

Total asupan energi dan zat gizi per hari pada anak sekolah juga dipengaruhi oleh frekuensi konsumsi makanan utama. Pola makan yang sehat dan bergizi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan motorik pada anak. Pola makan sehat yang dimaksud meliputi jenis makan yang bergizi, frekuensi makan yang diperhatikan, serta porsi makan yang dikonsumsi anak (Hakim, 2012).

5.2 Analisa Bivariat

5.2.1 Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Sisiwa Di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa status gizi normal lebih tinggi yaitu berjumlah 25 responden (51,0%) pada siswa yang memiliki kebiasaan sarapan kurang sedangkan yang paling rendah pada responden yang memiliki kebiasaan sarapan tidak pernah yaitu 4 responden (8,2%). Dari uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,034 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannah (2017) menunjukkan bahwa asupan energi dan zat gizi harian contoh tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan status gizi ($p>0.05$). Selain konsumsi pangan, status gizi seseorang juga dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik dan riwayat penyakit infeksi. Hasil yang sama juga ditunjukkan oleh penelitian

yang dilakukan oleh Hanrizon (2016) yaitu tingkat kecukupan energi dan zat gizi anak sekolah dasar di Bogor tidak berhubungan dengan status gizi. Status gizi dapat dipengaruhi oleh konsumsi makanan sehari-hari yang ditentukan oleh tingkat sosial ekonomi keluarga. Tingkat sosial ekonomi suatu keluarga bergantung pada besarnya persentase pendapatan yang digunakan untuk makan oleh tiap keluarga. Hal ini akan mempengaruhi pemilihan konsumsi makanan dan jajanan yang baik dari segi kualitas maupun kuantitas sehingga dapat mempengaruhi status gizi siswa (Sianipar 2007)

Hasil kajian lain menunjukkan terhadap data sarapan dari Riskesdas tahun 2010 menunjukkan 44.6% anak usia sekolah dasar mengonsumsi sarapan dengan kualitas rendah, yaitu dengan asupan energi sarapan kebutuhan harian kurang dari 15%. Persentase anak sekolah yang sarapan dengan kualitas rendah atau dengan kontribusi kandungan zat gizi (protein, vitamin A, besi, kalsium, dan serat) di bawah 15% berturut-turut adalah sebanyak 35.4%, 67.8%, 85.0%, 89.4%, dan 90.3%.

Menurut Khomsan (2005) sarapan sebaiknya menyumbangkan energi sekitar 25% dari asupan energi harian. Mempertimbangkan hasil kajian kontribusi berbagai zat gizi sarapan terhadap asupan zat gizi harian, maka di Indonesia lebih tepat bila kontribusi zat gizi sarapan adalah 15-30 % asupan gizi. Oleh karena target asupan gizi harian yang ideal adalah memenuhi kebutuhan gizi (100% AKG), maka sarapan yang dianjurkan adalah dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 yang mengandung zat gizi 15-30% zat gizi.

Dari hasil survey konsumsi pangan dengan menggunakan recall diketahui bahwa kecukupan kebiasaan sarapan (tabel 5.3) dapat berkontribusi dan menyebabkan perubahan status gizi pada siswa.

5.2.2 Hubungan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Sisiwa Di MIN 1 Kota Padang Pada Tahun 2019

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa responden yang memiliki status gizi normal lebih tinggi dengan kebiasaan jajan jarang yaitu sebanyak 31 siswa (63,3%) dan respondeng dengan kebiasaan jajan sering sebanyak 7 responden (14,3%). Dari uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,030 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Puji Lestari (2011), Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan hasil p sebesar 0,054, sehingga H_0 diterima dan dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi makanan jajanan tidak berhubungan dengan status gizi anak sekolah dasar. Dimana diketahui bahwa siswa yang jajan 1-2 kali sehari adalah sebanyak 16 orang (33,3%), sedangkan siswa yang jajan 3-5 kali sehari adalah sebanyak 30 orang (62,5%), dan siswa yang jajan lebih dari 5 kali sehari sebanyak 2 orang (4,2%). Ada kecenderungan bahwa frekuensi jajan yang semakin sering berdampak pada ketidaknormalan status gizi. Terdapat 1 anak yang tergolong dalam kategori gemuk dengan frekuensi jajan tertinggi yaitu 7-8 kali perhari, sedangkan responden dengan frekuensi jajan terendahnya yaitu 1 kali sehari, yang status gizinya tergolong dalam kategori kurus adalah sebanyak 1 orang dan yang tergolong dalam kategori normal ada-lah sebanyak 2 orang, sedangkan responden

yang jajan sebanyak 3-4 kali per hari, yang tergolong status gizi kurus adalah sebanyak 2 responden, status gizi normal sebanyak 11 responden, status gizi gemuk sebanyak 3 responden.

Sebuah teori menyatakan bahwa, kebiasaan jajan dapat meningkatkan asupan energi sehingga berlebih dibandingkan dengan energi yang keluar dan kebiasaan jajan dapat meningkatkan total energi yang berasal dari asupan lemak dapat memicu kenaikan berat badan bila tidak sesuai dengan energi yang keluar (Keast, dkk 2010).

Berdasarkan hasil survey konsumsi pangan menggunakan SQ-FFQ diketahui makanan jajanan yang dikonsumsi oleh responden di MIN 1 Kota Padang merupakan jajanan kaki lima yang dijual di sekolah seperti sate, donat, bakso bakar, gorengan, biskuit, jasuke, chickisnak, minuman manis berupa ale-ale dan oky jelli drink. Jenis makanan jajanan dan kebiasaan jajan (tabel 5.4) tersebut menjadi faktor atau penyebab yang mempengaruhi status gizi bagi siswa.

5.2.3 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Sisiwa Di MIN 1 Kota Padang Pada Tahun 2019

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa responden dengan status gizi normal lebih tinggi memiliki frekuensi konsumsi makanan pokok baik yaitu sebanyak 28 siswa (57,1%). Sedangkan respondeng dengan frekuensi konsumsi makanan pokok tidak baik yaitu berjumlah 10 responden (20,4%). Dari uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,217 > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anzarkusuma (2014) sebagian besar anak memiliki frekuensi makanan (53.2%) dengan frekuensi 3 kali, memiliki kebiasaan mengkonsumsi sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah (94.4%), dan memiliki kebiasaan tidak membawa bekal makanan ke sekolah (79%). Penelitian ini menemukan ada perbedaan yang bermakna pada rerata Z-score ($p=0,021$) pada anak dengan frekuensi makan 4 kali (rerata z-score -1.62 ± 2.41) dan frekuensi 1 kali (-3.7 ± 0.26), frekuensi makan 3 kali sehari (rerata z-score -0.27 ± 1.66), frekuensi makan 2 kali (rerata z-score -0.37 ± 1.82),

Yayasan Institut Danoe (2010) menjelaskan bahwa kebiasaan makan berperan penting dalam menentukan tingkat status gizi kelompok maupun individu. pada anak usia pertumbuhan dan perkembangan maka dibutuhkan 5 kali waktu makan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi, yaitu makan pagi (sarapan), makan siang, makan malam, dan 2 kali makan selingan.

kuantitas atau jumlah konsumsi dari setiap bahan makanan yang berdampak pada jumlah asupan kalori akan memiliki dampak yang lebih nyata terhadap status gizi anak. Beberapa bahan makanan mengandung tinggi karbohidrat tetapi kurang vitamin dan mineral, sehingga konsumsi makanan sehari-hari yang kurang beraneka ragam dan jumlah yang tidak seimbang, maka akan timbul ketidakseimbangan antara masukan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk hidup dan produktif.

Anak usia sekolah dapat mengikuti pola makan keluarga serta bentuk dan kebutuhannya harus diatur. Pola makan yang baik pada anak juga dapat disebabkan orang tua yang telah mengajarkan kepada anak tentang kebiasaan makan yang baik. Orang tua cenderung mengatur pola makan anaknya berdasarkan jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi dan memperhatikan jadwal makan. Responden yang memiliki pola makan kurang baik karena orang tua tidak membiasakan disiplin makan pada anak, mereka cenderung menuruti kemauan anak tanpa memperhatikan nilai gizi yang anak mereka makan. Selain itu, gizi anak juga dipengaruhi oleh kebiasaan jajan.

Berdasarkan hasil survey konsumsi pangan menggunakan SQ-FFQ diketahui jenis makanan pokok yang dikonsumsi oleh responden di MIN 1 Kota Padang dikategorikan menjadi beras, roti, ubi kayu, jagung, kentang, beras ketan merah/putih dan mie. Baiknya frekuensi konsumsi makanan pokok (tabel 5.5) juga berkontribusi terhadap status gizi.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Untuk mengukur variabel kebiasaan sarapan digunakan food recall. Food recall digunakan untuk meminta responden agar dapat menjawab makanan dan minuman apa saja yang dikonsumsi dalam waktu 1x24 jam. Ketepatan sangat tergantung pada daya ingat responden terhadap daya ingat apakah responden menyampaikan semua jenis makanan dan minuman yang mereka konsumsi.

Untuk variabel kebiasaan jajan dan frekuensi konsumsi makanan pokok menggunakan SQ-FFQ yang bertujuan untuk mengetahui frekuensi dan berapa jumlah asupan yang responden konsumsi

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MIN 1 Kota Padang pada tahun 2017 dapat disimpulkan sebagai berikut

- 6.1.1 Sebagian besar responden di MIN 1 Kota Padang memiliki status gizi normal yaitu 77,6%.
- 6.1.2 Sebagian besar responden di MIN 1 Kota Padang memiliki kebiasaan sarapan yang kurang yaitu 55,1%.
- 6.1.3 Sebagian besar responden di MIN 1 Kota Padang memiliki kebiasaan jajan jarang yaitu 63,3%.
- 6.1.4 Lebih dari separu responden di MIN 1 Kota Padang memiliki frekuensi konsumsi makanan pokok baik yaitu 69,4%.
- 6.1.5 Berdasarkan uji statistik di dapatkan p-value $0,034 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang pada tahun 2019.
- 6.1.6 Berdasarkan uji statistik di dapatkan p-value $0,030 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.
- 6.1.7 Berdasarkan uji statistik di dapatkan p-value $p=0,217 > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi makanan pokok dengan status gizi pada siswa di MIN 1 Kota Padang tahun 2019.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Sekolah

Perlunya diadakan pendidikan gizi di sekolah dasar baik secara langsung kepada siswa maupun edukasi kepada para guru terkait gizi anak usia sekolah. Dan juga perlu pemantauan status gizi untuk melihat kontribusi status gizi dan kebiasaan konsumsi makanan pada anak usia sekolah dasar.

6.2.2 Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti hubungan-hubungan yang dapat mempengaruhi atau meningkatkan status gizi anak usia sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., Waluyo, & Fatimah, F. (2011). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri Kledoan Depok Slamen.
- Alamin, R. L., Syamsianah, A., & Mufnaetty. (2014). Hubungan Sarapan Pagi di Rumah dan Jumlah Uang Saku dengan Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah Dasar Pada Siswa SD N
- Amalia, L., Endro, O. P., & Damanik, R. M. (2016). Preferensi dan frekuensi konsumsi makanan jajanan pada anak sekolah dasar di kecamatan cijeruk, kabupaten bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 7(2), 119-126.
- Anwar, H. M. (2008). Peranan gizi dan pola asuh dalam meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak. *www.whandi.net*.
- Anzarkusuma, I. S., Mulyani, E. Y., Jus'at, I., & Angkasa, D. (2014). Status gizi berdasarkan pola makan anak sekolah dasar di kecamatan rajeg tangerang (nutritional status based on primary school student's dietary intake in rajeg district tangerang city). *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 1(2), 135-148.
- Briawan D. (2017). Gizi pada anak usia sekolah. Dalam Hardinsyah dan Supariasa IDN. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC; 194 – 208.
- Depkes. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Depkes RI.
- Desi, D., Suaebah, S., & Astuti, W. D. (2018). Hubungan sarapan, uang saku dengan jajanan di sd kristen immanuel ii kubu raya. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 4(2), 113 118.
- Fitriani, N. L., & Andriyani, S. (2015). Hubungan antara pengetahuan dengan sikap anak usia sekolah akhir (10-12 tahun) tentang makanan jajanan di sd negeri II tagog apu padalarang kabupaten bandung barat tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1(1), 7-26.
- Isdaryani. (2007). *Hubungan asupan energi, protein, status gizi dan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Arjowinangun 1 Pacitan Yogyakarta*. Universitas Gadjah Mada.
- Jannah, Kamila Kafilatul. (2017). Hubungan kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi siswa sekolah dasar di kabupaten sukabumi. Bogor: Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Judarwanto, Widodo. (2008). Perilaku makan anak sekolah.

- Keast, Nickhar, O'Neil C. *Snacking is associated with reduced risk of overweight and reduced abnormal obesity in adolescence: national health and nutrition examination survey (NHANES)*. *Am J Nutr.* 2010;92:428-35.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi Dan Kia
- Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013.
- Khairina D. *Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi*. FKMUI; 2008
- Khomsam A. (2005). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan 2*. Bogor: Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Lani, A., Margawati, A., & Fitranti, D. Y. (2017). *Hubungan frekuensi sarapan dan konsumsi jajan dengan z-score imt/u pada siswa sekolah dasar (Doctoral dissertation, Diponegoro University)*.
- Lestari, T. P., Hidayati, L., & Dasuki, S. (2011). *Hubungan pola konsumsi makanan jajanan dengan morbiditas dan status gizi anak sekolah dasar di wilayah kartasura*.
- Marhamah, M., Abzeni, A., & Juwita, J. (2015). *Perilaku konsumsi dan status gizi anak sekolah dasar di kota serang*. *Jurnal Matematika Sains dan Teknologi*, 15(2), 97-105.
- Mariza, Y. Y., & Kusumastuti, A. C. (2013). *Hubungan antara kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi pada anak sekolah dasar di kecamatan pedurungan kota semarang (Doctoral dissertation, Diponegoro University)*.
- Mariza, Y. Y., & Kusumastuti, A. C. (2013). *Hubungan antara kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang*. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 207-213.
- McCrorry MA, Campbell WW. (2011). *Effects of eating frequency, snacking, and breakfast skipping on energi regulation: symposium overview*. *The Journal of Nutrition*. 141: 144-7.
- Nicklas TA, O'Neil CE, Fulgoni VL. *Relationship between snacking patterns, diet quality and risk of overweight and abdominal obesity in children*. *Int J of child health and nut.* 2013; 2(3): 189-200.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*, ed. 2. PT RINEKA CIPTA: Jakarta.
- Nuryani, N., & Rahmawati, R. (2018). *Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo*. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 114-122.
- Perdana, F., & Hardinsyah, H. (2013). *Analisis jenis, jumlah, dan mutu gizi konsumsi sarapan anak indonesia*. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1), 39-46.

- Prabowo, D. W. (2014). Pengelompokan komoditi bahan pangan pokok dengan metode analytical hierarchy process. *Buletin Ilmiah Litbang Perdagangan*, 8(2), 163-182.
- Rampersaud, G. C., Pereira, M. A., Girard, B. L., Adams, J., & Metz, J. D. (2005). Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(5), 743- 760. 6.
- Sandercock, G.R.H., Voss C., & Dye L. (2010). Associations between Habitual School-day Breakfast Consumption, Body Mass Index, Physical Activity, and Cardiorespiratory Fitness in English Schoolchildren. *European Journal of Clinical Nutrition*, 64(10), 1086- 1092.
- Supriasa, I Dewa Nyomani., Bakri, Bachiar., Fajar, Ibnu. (2014). *Penilaian status gizi* .EGC: Jakarta
- Ochola S, Masibo PK. (2014). Dietary intake of schoolchildren and adolescents in developing countries. *Ann Nutr Metab*. 64 (Suppl. 2):24–40.
- Utter, J., Scragg, R., Mhurchu, C. & Schaaf, D. (2007). At home breakfast consumption among newzealand children: associations with body mass index and related nutrition behaviors. *Journal of the American Dietetic Association*, 107, 570-576.
- Winarno FG. 2004. *Keamanan Pangan*. Bogor (ID): Mbrion Press
- World Health Organization (WHO). (2015). *Essential safety requirements for street-vended foods*, diakses tanggal 07 Juli 2015, <http://www.who.int>



YAYASAN PERINTIS SUMBAR (*Perintis Foundation*)
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) PERINTIS

Perintis School of Health Science, IZIN MENDIKNAS NO : 162/D/O/2006 & 17/D/O/2007

"We are the first and we are the best"

Campus 1: Jl. Adinegoro Simpang Kalumpang Lubuk Buaya Padang, Sumatera Barat - Indonesia, Telp. (+62751) 481992, Fax. (+62751) 481962
Campus 2: Jl. Kusuma Bhakti Gulai Bancha Bukittinggi, Sumatera Barat - Indonesia, Telp. (+62752) 34613, Fax. (+62752) 34613

Nomor : ~~1754~~ STIKES-YP/XII/2018

Padang, 17 Desember 2018

Lamp : -

Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth

Bapak / Ibu : Kepala Sekolah MIN 1 Kota Padang

Di

Tempat

Dengan hormat,

Bersama surat ini disampaikan kepada Bapak/Ibu dalam menyelesaikan proses pembelajaran pada prodi S-1 Gizi mahasiswa jalur A diwajibkan menyusun Proposal Skripsi dalam rangka memenuhi syarat mengikuti ujian skripsi.

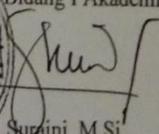
Sehubungan dengan hal tersebut di atas, kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk dapat memberikan informasi data dari Instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun identitas mahasiswa kami yaitu:

Nama Mahasiswa : DIA PUTRI ARISKA

NIM : 1513211003

Judul Proposal : HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SD

Demikianlah permohonan surat ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

STIKES Perintis
Wakil Ketua Bidang I Akademik

Dra. Suraini, M.Si
NIK : 1335320116593013

SELURUH PROGRAM STUDI

TERAKREDITASI "B"



Management System
ISO 9001:2008

www.tuv.com
ID 9105085045



Website : www.stikesperintis.ac.id
e-mail : stikes.perintis@yahoo.com



**PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS KESEHATAN**

Jl. Bagindo Aziz Chan By Pass Kec Koto Tangah Padang
Email : dkkpadang@gmail.com, Website : dinkes.padang.go.id, SMS Center 08116680118

Telp (0751) 462619

Padang, 21 Mei 2019

Nomor : 890/ 3044 /SDMK & Jamkes/V/2019
Lamp : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ketua STIKes Perintis Padang
di
Tempat

Sehubungan dengan surat Saudara nomor: 501/STIKes -YP/V/2019, tanggal 15 Mei 2019 perihal yang sama pada pokok surat di atas pada prinsipnya kami tidak keberatan memberikan izin kepada Mahasiswa saudara melakukan pengambilan data dan Penelitian untuk Skripsi dilingkungan Dinas Kesehatan Kota Padang

NAMA	NIM/NIP	Judul Penelitian
Dia Putri Ariska	1513211003	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan dan Frekwensi Konsumsi Makanan Pokok dengan Status Gizi pada Anak SD.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak menyimpang dari kerangka acuan penelitian.
2. Mematuhi semua peraturan yang berlaku.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Dra. Hj. Novita Latina, Apt
Nip. 19661105 199303 2 004

Tembusan : disampaikan kepada Yth :

1. Ka. Bid.....DKK Padang
2. Ka. Pusk.....Kota Padang
3. Arsip



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PADANG

JalanDuku No. 5 Kel. Ujung GurunKec. Padang Barat 25155
Telepon (0751) 27155, Faximile (0751) 27155

Nomor : B- 809 /Kk 03 9-b/PP 07/07/2019

¹² Zulkaidah 1440 H.

Biasa

15 Juli 2019 M

Lamp : -

Hal : Izin Penelitian

Yth. Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Perintis
Jl. Adinegoro Simpang Kalumpang Lubuk Buaya Padang 481962

Assalamu'alaikum, Wr. Wb.

Dengan hormat, memenuhi maksud surat Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Perintis Padang Nomor : 693/STIKES-YP/VII/2019 tanggal 15 Juli 2019 Perihal Izin Penelitian, untuk itu pada prinsipnya dapat diberikan izin melaksanakan Penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 1 Kota Padang, kepada Saudara :

Nama : DIA PUTRI ARISKA
NIM : 1513211003
Jurusan : Gizi
Waktu : 10 Juni s/d 12 Juni 2019

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Hanya melakukan penelitian dalam rangka penyusunan sikripsi dengan judul "HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA DI MIN 1 KOTA PADANG PADA TAUN 2019.
2. Setelah melakukan penelitian tersebut agar memberikan laporan tertuliske Kantor Kementerian Agama Kota Padang Cq. Seksi Pendidikan Madrasah Kantor Kementerian Agama Kota Padang,
3. Apabila ada kekeliruan dalam mengeluarkan izin penelitian ini akan ditinjau dan dibetulkan kembali sebagaimana mestinya.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya, terimakasih.



Erman Syofa

Tembusan:

1. Kepala Kanwil Kementerian Agama Prov. Sumatera Barat, Padang,
2. Kepala MIN 1 Kota Padang, Padang,
3. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PADANG
MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI (MIN) 1 KOTA PADANG
Jl. Raya Anak Air Kel. Batipuh Panjang Lubuk Buaya Kota Padang 25171
Telepon (0751) 482682; Email : mintubukbuaya@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : B. 156 /Mi.03.9.1/PP.00.4/07/2019

Menanggapi Surat Universitas Kementerian Agama RI Kanor Kementerian Agama Kota Padang Nomor : B-809/Kk.03.9-b/PP.07/07/2019 Tanggal 12 Zulkaidah 1440 H / 15 Juli 2019 M Hal Izin Penelitian. Kepala MIN 1 Kota Padang dengan ini Memberikan Izin Penelitian kepada Mahasiswa Jurusan Gizi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Perintis Padang dibawah ini :

Nama : DIA PUTRI ARISKA
NIM : 1513211003
Jurusan : Gizi
Waktu : 10 Juni 2019 s.d 12 Juni 2019

Untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi pada Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 1 Kota Padang dengan judul "HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN AJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN POKOK DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA DI MIN 1 KOTA PADANG PADA TAHUN 2019".

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Padang, 27 Juli 2019

Kepala MIN 1 Kota Padang



Amdani

Lampiran 5

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth

Siswa/siswi :

Di

MIN 1 Kota Padang

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa STIKes Perintis Padang Program Studi S1 Gizi.

Nama : Dia Putri Ariska

NIM : 1513210003

Akan mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019”. Penelitian ini tidak akan berakibat buruk bagi calon responden. Semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian.

Apabila siswa/siswa menyetujui maka dengan ini saya mohon kesediaan untuk bekerja sama dengan saya selama proses penelitian berlangsung. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Penulis

Dia Putri Ariska

Lampiran 6

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN
JAJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN
POKOK PADA SISWA
DI MIN 1 KOTA PADAG
TAHUN 2019

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia dijadikan sampel penelitian oleh DIA PUTRI ARISKA mahasiswa S1 Gizi STIKes Perintis Padang dengan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun. Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Responden

(.....)

Lampiran 7

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN
JAJAN DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN
POKOK PADA SISWA
DI MIN 1 KOTA PADAG
TAHUN 2019**

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Jenis Kelamin :

Tempat dan Tanggal Lahir :

Alamat :

Tinggi Badan :

Berat Badan :

Anak ke :

Pekerjaan Orang Tua :

Ayah :

Ibu :

Alamat orang Tua :

Lampiran 8

FORM FOOD RECALL 1X24 JAM

Nama responden :

Waktu & Jenis Makanan	Bahan Makanan	Jumlah	
		URT	Berat (gr)
Pagi :			



Lanjutan
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
Anak Laki-Laki Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
8	1	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.7	22.9
8	2	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.8	23.0
8	3	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.9	23.1
8	4	12.4	13.4	14.5	15.8	17.6	19.9	23.3
8	5	12.5	13.4	14.5	15.9	17.6	20.0	23.4
8	6	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.5
8	7	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.6
8	8	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.2	23.8
8	9	12.5	13.4	14.6	16.0	17.8	20.3	23.9
8	10	12.5	13.5	14.6	16.0	17.8	20.3	24.0
8	11	12.5	13.5	14.6	16.0	17.9	20.4	24.2
9	0	12.6	13.5	14.6	16.0	17.9	20.5	24.3
9	1	12.6	13.5	14.6	16.1	18.0	20.5	24.4
9	2	12.6	13.5	14.7	16.1	18.0	20.6	24.6
9	3	12.6	13.5	14.7	16.1	18.0	20.7	24.7
9	4	12.6	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	24.9
9	5	12.6	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	25.0
9	6	12.7	13.6	14.8	16.2	18.2	20.9	25.1
9	7	12.7	13.6	14.8	16.3	18.2	21.0	25.3
9	8	12.7	13.6	14.8	16.3	18.3	21.1	25.5
9	9	12.7	13.7	14.8	16.3	18.3	21.2	25.6
9	10	12.7	13.7	14.9	16.4	18.4	21.2	25.8
9	11	12.8	13.7	14.9	16.4	18.4	21.3	25.9
10	0	12.8	13.7	14.9	16.4	18.5	21.4	26.1
10	1	12.8	13.8	15.0	16.5	18.5	21.5	26.2
10	2	12.8	13.8	15.0	16.5	18.6	21.6	26.4
10	3	12.8	13.8	15.0	16.6	18.6	21.7	26.6
10	4	12.9	13.8	15.0	16.6	18.7	21.7	26.7
10	5	12.9	13.9	15.1	16.6	18.8	21.8	26.9
10	6	12.9	13.9	15.1	16.7	18.8	21.9	27.0
10	7	12.9	13.9	15.1	16.7	18.9	22.0	27.2
10	8	13.0	13.9	15.2	16.8	18.9	22.1	27.4
10	9	13.0	14.0	15.2	16.8	19.0	22.2	27.5
10	10	13.0	14.0	15.2	16.9	19.0	22.3	27.7
10	11	13.0	14.0	15.3	16.9	19.1	22.4	27.9
11	0	13.1	14.1	15.3	16.9	19.2	22.5	28.0



Lanjutan
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
Anak Laki-Laki Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
11	1	13.1	14.1	15.3	17.0	19.2	22.5	28.2
11	2	13.1	14.1	15.4	17.0	19.3	22.6	28.4
11	3	13.1	14.1	15.4	17.1	19.3	22.7	28.5
11	4	13.2	14.2	15.5	17.1	19.4	22.8	28.7
11	5	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	22.9	28.8
11	6	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	23.0	29.0
11	7	13.2	14.3	15.6	17.3	19.6	23.1	29.2
11	8	13.3	14.3	15.6	17.3	19.7	23.2	29.3
11	9	13.3	14.3	15.7	17.4	19.7	23.3	29.5
11	10	13.3	14.4	15.7	17.4	19.8	23.4	29.6
11	11	13.4	14.4	15.7	17.5	19.9	23.5	29.8
12	0	13.4	14.5	15.8	17.5	19.9	23.6	30.0
12	1	13.4	14.5	15.8	17.6	20.0	23.7	30.1
12	2	13.5	14.5	15.9	17.6	20.1	23.8	30.3
12	3	13.5	14.6	15.9	17.7	20.2	23.9	30.4
12	4	13.5	14.6	16.0	17.8	20.2	24.0	30.6
12	5	13.6	14.6	16.0	17.8	20.3	24.1	30.7
12	6	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.2	30.9
12	7	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.3	31.0
12	8	13.7	14.8	16.2	18.0	20.5	24.4	31.1
12	9	13.7	14.8	16.2	18.0	20.6	24.5	31.3
12	10	13.7	14.8	16.3	18.1	20.7	24.6	31.4
12	11	13.8	14.9	16.3	18.2	20.8	24.7	31.6
13	0	13.8	14.9	16.4	18.2	20.8	24.8	31.7
13	1	13.8	15.0	16.4	18.3	20.9	24.9	31.8
13	2	13.9	15.0	16.5	18.4	21.0	25.0	31.9
13	3	13.9	15.1	16.5	18.4	21.1	25.1	32.1
13	4	14.0	15.1	16.6	18.5	21.1	25.2	32.2
13	5	14.0	15.2	16.6	18.6	21.2	25.2	32.3
13	6	14.0	15.2	16.7	18.6	21.3	25.3	32.4
13	7	14.1	15.2	16.7	18.7	21.4	25.4	32.6
13	8	14.1	15.3	16.8	18.7	21.5	25.5	32.7
13	9	14.1	15.3	16.8	18.8	21.5	25.6	32.8
13	10	14.2	15.4	16.9	18.9	21.6	25.7	32.9
13	11	14.2	15.4	17.0	18.9	21.7	25.8	33.0
14	0	14.3	15.5	17.0	19.0	21.8	25.9	33.1



Lanjutan
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
Anak Perempuan Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
8	1	11.9	12.9	14.1	15.7	17.8	20.6	24.9
8	2	11.9	12.9	14.2	15.7	17.8	20.7	25.1
8	3	11.9	12.9	14.2	15.8	17.9	20.8	25.2
8	4	11.9	13.0	14.2	15.8	17.9	20.9	25.3
8	5	12.0	13.0	14.2	15.8	18.0	20.9	25.5
8	6	12.0	13.0	14.3	15.9	18.0	21.0	25.6
8	7	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.1	25.8
8	8	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.2	25.9
8	9	12.0	13.1	14.3	16.0	18.2	21.3	26.1
8	10	12.1	13.1	14.4	16.0	18.2	21.3	26.2
8	11	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.4	26.4
9	0	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.5	26.5
9	1	12.1	13.2	14.5	16.1	18.4	21.6	26.7
9	2	12.1	13.2	14.5	16.2	18.4	21.7	26.8
9	3	12.2	13.2	14.5	16.2	18.5	21.8	27.0
9	4	12.2	13.2	14.6	16.3	18.6	21.9	27.2
9	5	12.2	13.3	14.6	16.3	18.6	21.9	27.3
9	6	12.2	13.3	14.6	16.3	18.7	22.0	27.5
9	7	12.3	13.3	14.7	16.4	18.7	22.1	27.6
9	8	12.3	13.4	14.7	16.4	18.8	22.2	27.8
9	9	12.3	13.4	14.7	16.5	18.8	22.3	27.9
9	10	12.3	13.4	14.8	16.5	18.9	22.4	28.1
9	11	12.4	13.4	14.8	16.6	19.0	22.5	28.2
10	0	12.4	13.5	14.8	16.6	19.0	22.6	28.4
10	1	12.4	13.5	14.9	16.7	19.1	22.7	28.5
10	2	12.4	13.5	14.9	16.7	19.2	22.8	28.7
10	3	12.5	13.6	15.0	16.8	19.2	22.8	28.8
10	4	12.5	13.6	15.0	16.8	19.3	22.9	29.0
10	5	12.5	13.6	15.0	16.9	19.4	23.0	29.1
10	6	12.5	13.7	15.1	16.9	19.4	23.1	29.3
10	7	12.6	13.7	15.1	17.0	19.5	23.2	29.4
10	8	12.6	13.7	15.2	17.0	19.6	23.3	29.6
10	9	12.6	13.8	15.2	17.1	19.6	23.4	29.7
10	10	12.7	13.8	15.3	17.1	19.7	23.5	29.9
10	11	12.7	13.8	15.3	17.2	19.8	23.6	30.0
11	0	12.7	13.9	15.3	17.2	19.9	23.7	30.2



Lanjutan
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
Anak Perempuan Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
11	1	12.8	13.9	15.4	17.3	19.9	23.8	30.3
11	2	12.8	14.0	15.4	17.4	20.0	23.9	30.5
11	3	12.8	14.0	15.5	17.4	20.1	24.0	30.6
11	4	12.9	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1	30.8
11	5	12.9	14.1	15.6	17.5	20.2	24.2	30.9
11	6	12.9	14.1	15.6	17.6	20.3	24.3	31.1
11	7	13.0	14.2	15.7	17.7	20.4	24.4	31.2
11	8	13.0	14.2	15.7	17.7	20.5	24.5	31.4
11	9	13.0	14.3	15.8	17.8	20.6	24.7	31.5
11	10	13.1	14.3	15.8	17.9	20.6	24.8	31.6
11	11	13.1	14.3	15.9	17.9	20.7	24.9	31.8
12	0	13.2	14.4	16.0	18.0	20.8	25.0	31.9
12	1	13.2	14.4	16.0	18.1	20.9	25.1	32.0
12	2	13.2	14.5	16.1	18.1	21.0	25.2	32.2
12	3	13.3	14.5	16.1	18.2	21.1	25.3	32.3
12	4	13.3	14.6	16.2	18.3	21.1	25.4	32.4
12	5	13.3	14.6	16.2	18.3	21.2	25.5	32.6
12	6	13.4	14.7	16.3	18.4	21.3	25.6	32.7
12	7	13.4	14.7	16.3	18.5	21.4	25.7	32.8
12	8	13.5	14.8	16.4	18.5	21.5	25.8	33.0
12	9	13.5	14.8	16.4	18.6	21.6	25.9	33.1
12	10	13.5	14.8	16.5	18.7	21.6	26.0	33.2
12	11	13.6	14.9	16.6	18.7	21.7	26.1	33.3
13	0	13.6	14.9	16.6	18.8	21.8	26.2	33.4
13	1	13.6	15.0	16.7	18.9	21.9	26.3	33.6
13	2	13.7	15.0	16.7	18.9	22.0	26.4	33.7
13	3	13.7	15.1	16.8	19.0	22.0	26.5	33.8
13	4	13.8	15.1	16.8	19.1	22.1	26.6	33.9
13	5	13.8	15.2	16.9	19.1	22.2	26.7	34.0
13	6	13.8	15.2	16.9	19.2	22.3	26.8	34.1
13	7	13.9	15.2	17.0	19.3	22.4	26.9	34.2
13	8	13.9	15.3	17.0	19.3	22.4	27.0	34.3
13	9	13.9	15.3	17.1	19.4	22.5	27.1	34.4
13	10	14.0	15.4	17.1	19.4	22.6	27.1	34.5
13	11	14.0	15.4	17.2	19.5	22.7	27.2	34.6
14	0	14.0	15.4	17.2	19.6	22.7	27.3	34.7

Hasil SPSS

1. Analisa Univariat

Frequencies

Statistics

		Jenis kelamin	umur	status gizi	kebiasaan sarapan	kebiasaan jajan	frekuensi konsumsi makanan pokok
N	Valid	49	49	49	49	49	49
	Missing	0	0	0	0	0	0

Frequency Table

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	27	55.1	55.1	55.1
	Perempuan	22	44.9	44.9	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10 tahun	3	6.1	6.1	6.1
	11 tahn	33	67.3	67.3	73.5
	12 tahun	13	26.5	26.5	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Status Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurus	1	2.0	2.0
	normal	38	77.6	79.6
	gemuk	3	6.1	85.7
	obesitas	7	14.3	100.0
	Total	49	100.0	100.0

Kebiasaan Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	5	10.2	10.2
	Kurang	27	55.1	65.3
	Cukup	17	34.7	100.0
	Total	49	100.0	100.0

Kebiasaan Jajan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	18	36.7	36.7
	Jarang	31	63.3	100.0
	Total	49	100.0	100.0

Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak baik	15	30.6	30.6
	Baik	34	69.4	100.0
	Total	49	100.0	100.0

2. Analisa Bivariat

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
kebiasaan sarapan * status gizi	49	100.0%	0	.0%	49	100.0%
kebiasaan jajan * status gizi	49	100.0%	0	.0%	49	100.0%
frekuensi konsumsi makanan pokok * status gizi	49	100.0%	0	.0%	49	100.0%

Kebiasaan sarapan * status gizi

Crosstab

			status gizi				Total
			kurus	normal	gemuk	obesitas	
kebiasaan sarapan	tidak pernah	Count	0	4	0	1	5
		Expected Count	.1	3.9	.3	.7	5.0
		% of Total	.0%	8.2%	.0%	2.0%	10.2%
	kurang	Count	1	25	1	0	27
		Expected Count	.6	20.9	1.7	3.9	27.0
		% of Total	2.0%	51.0%	2.0%	.0%	55.1%
	cukup	Count	0	9	2	6	17
		Expected Count	.3	13.2	1.0	2.4	17.0
		% of Total	.0%	18.4%	4.1%	12.2%	34.7%
Total		Count	1	38	3	7	49
		Expected Count	1.0	38.0	3.0	7.0	49.0
		% of Total	2.0%	77.6%	6.1%	14.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.606 ^a	6	.034
Likelihood Ratio	16.566	6	.011
Linear-by-Linear Association	6.143	1	.013
N of Valid Cases	49		

a. 10 cells (83,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,10.

Kebiasaan jajan * status gizi

Crosstab

			status gizi				Total
			kurus	normal	gemuk	obesitas	
kebiasaan jajan	sering	Count	0	7	1	5	13
		Expected Count	.3	10.1	.8	1.9	13.0
		% of Total	.0%	14.3%	2.0%	10.2%	26.5%
	jarang	Count	1	31	2	2	36
		Expected Count	.7	27.9	2.2	5.1	36.0
		% of Total	2.0%	63.3%	4.1%	4.1%	73.5%
Total	Count	1	38	3	7	49	
	Expected Count	1.0	38.0	3.0	7.0	49.0	
	% of Total	2.0%	77.6%	6.1%	14.3%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	8.954 ^a	3	.030
Likelihood Ratio	8.195	3	.042
Linear-by-Linear Association	8.565	1	.003
N of Valid Cases	49		

a. 5 cells (62,5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,27.

Frekuensi konsumsi makanan pokok * status gizi

Crosstab

		status gizi				Total	
		kurus	normal	gemuk	obesitas		
frekuensi konsumsi makanan pokok	tidak baik	Count	1	10	2	2	15
		Expected Count	.3	11.6	.9	2.1	15.0
		% of Total	2.0%	20.4%	4.1%	4.1%	30.6%
baik		Count	0	28	1	5	34
		Expected Count	.7	26.4	2.1	4.9	34.0
		% of Total	.0%	57.1%	2.0%	10.2%	69.4%
Total		Count	1	38	3	7	49
		Expected Count	1.0	38.0	3.0	7.0	49.0
		% of Total	2.0%	77.6%	6.1%	14.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.447 ^a	3	.217
Likelihood Ratio	4.368	3	.224
Linear-by-Linear Association	.002	1	.966
N of Valid Cases	49		

a. 6 cells (75,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,31.

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : **Dia Putri Ariska**

NIM : 1513211003

Pembimbing I : Dezi Ilham, M.Biomed

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan, Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Bimbingan ke	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
I	Kamis 18/07/2019	Konsultasi Hasil	
II	Sabtu 20/07/2019	Hasil & Pembatasan	
III	Senin 22/07/2019	Kesimpulan	
IV	Selasa 23/07/2019	Penulisan Pembatasan	
V	Kamis 25/07/2019	Lampiran	
VI	Selasa 30/07/2019	Abstrack	
VII	Rabu 31/07/2019	ACC ujian Skripsi	

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG

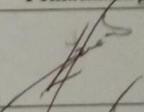
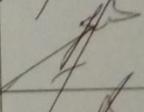
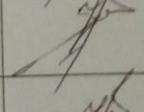
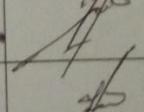
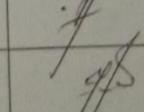
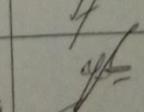
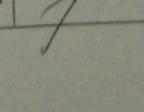
LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : **Dia Putri Ariska**

NIM : 1513211003

Pembimbing II : Yensasnidar, S.Gz, M.Pd

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan, Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Dengan Status Gizi Pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019

Bimbingan ke	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
I	Senin 22/07/2019	Konsultasi Hasil	
II	Rabu 24/07/2019	Hasil & Pembahasan	
III	Kamis 25/07/2019	Pembahasan	
IV	Selasa 30/07/2019	Penulisan Pembahasan	
V	Rabu 31/07/2019	Penulisan Tabel	
VI	Kamis 01/08/2019	Daftar Isi	
VII	Jumat 02/08/2019	Acc Usiran Skripsi	

DOKUMENTASI



Pengukuran tinggi badan responden di MIN 1 Kota Padang



Pengukuran tinggi badan responden di MIN 1 Kota Padang



Penimbangan berat badan responden responden di MIN 1 Kota Padang



Penimbangan berat badan di MIN 1 Kota Padang



Wawancara *Food Recall* dengan Responden di MIN 1 Kota Padang



Wawancara *Food Recall* dengan Responden di MIN 1 Kota Padang



Wawancara *SQ-FFQ* dengan responden di MIN 1 Kota Padang