

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, VARIASI MENU, KETERPAPARAN  
INFORMASI DAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN MINAT  
SARAPAN PAGI PADA SISWA KELAS IV DI SDN  
RUJUKAN 11 LUBUK BUAYATAHUN 2019**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh*

*Gelar Sarjana*



**Oleh :**

**REKSI MAINA RANI**

**1513211032**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, VARIASI MENU  
MAKANAN, KETERPAPARAN INFORMASI DAN DUKUNGAN  
ORANGTUA DENGAN MINAT SARAPAN PAGI  
DI SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA TAHUN 2019**

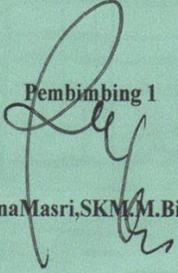
Oleh :

**REKSI MAINA RANI**  
1513211032

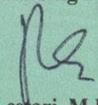
SKRIPSI Ini Telah Disetujui, Diperiksa Dan Siap Di Ujikan Di Hadapan Tim  
Penguji Skripsi Program Studi S-1 Gizi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis  
Padang  
Padang, Agustus 2019

**Dosen Pembimbing**

**Pembimbing 1**

  
(Erina Masri, SKM, M.Biomed)

**Pembimbing 2**

  
(Rinda Lestari, M,Pd)

**Penguji**

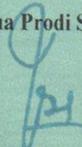
  
(Rahmita Yanti, M.Kes)

Padang, Agustus 2019

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

Program Studi S-1 Gizi

**Ketua Prodi S-1 Gizi**

  
(Widia Dara, SP.MP)

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN ,VARIASI MENU  
MAKANAN,KETERPAPARAN INFORMASI DAN DUKUNGAN  
ORANGTUA DENGAN MINAT SARAPAN  
PAGI DI SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA TAHUN 2019**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

**REKSI MAINA RANI**

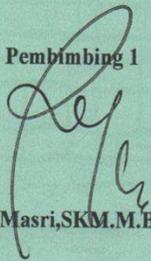
1513211032

Telah disetujui ,Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji  
Skripsi

Pada Tanggal 3 Agustus 2019

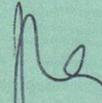
**Komisi Pembimbing**

**Pembimbing 1**



(Erina Masri, SKM.M.Biomed)

**Pembimbing 2**



(Rinda Lestari, M.Pd)

**Penguji**

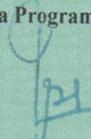


(Rahmita Yanti, M.Kes)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

Program Studi S-1 Gizi

**Ketua Program studi,**



(Widia Dara, SP.MP)

## HALAMAN PERSEMBAHAN



*Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu*

*Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah Bacalah, dan Tuhanmulah yang maha mulia*

*Yang mengajar manusia dengan pena,*

*Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya (QS: Al-'Alaq 1-5)*

*Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan ? (QS: Ar-Rahman 13)*

*Niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu  
beberapa derajat*

*(QS: Al-Mujadilah 11)*

*Ya Allah,*

*Waktu yang sudah kujalani dengan jalan hidup yang sudah menjadi takdirku, sedih, bahagia,  
dan bertemu orang-orang yang memberiku sejuta pengalaman bagiku, yang telah  
memberi warna-warni kehidupanku. Kubersujud dihadapan Mu,  
Engaku berikan aku kesempatan untuk bisa sampai  
Di penghujung awal perjuanganku  
Segala Puji bagi Mu ya Allah,*

*Alhamdulillah..Alhamdulillah..Alhamdulillahirobbil'alamin..*

*Sujud syukurku kusembahkan kepadamu Tuhan yang Maha Agung nan Maha Tinggi  
nan Maha Adil nan Maha Penyayang, atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang  
senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini.  
Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku.*

*Lantunan Al-fatihah beriring Shalawat dalam silahku merintih, menadahkan doa  
dalam syukur yang tiada terkira, terima kasihku untukmu. Kupersembahkan sebuah karya  
kecil ini untuk Babe dan Mamaku tercinta, yang tiada pernah hentinya selama ini  
memberiku semangat, doa, dorongan, nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan yang  
tak tergantikan hingga aku selalu kuat menjalani setiap rintangan yang ada  
didepanku., Babe,..Mama...terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku untuk  
membalas semua pengorbananmu.. dalam hidupmu demi hidupku kalian ikhlas  
mengorbankan segala perasaan tanpa kenal lelah, dalam lapar berjuang separuh nyawa  
hingga segalanya.. Maafkan anakmu Babe.,, Mama., masih saja ananda  
menyusahkanmu..*

*Dalam silah di lima waktu mulai fajar terbit hingga terbenam.. seraya tangaku  
menadah".. ya Allah ya Rahman ya Rahim... Terimakasih telah kau tempatkan aku  
diantara kedua malaikatmu yang setiap waktu ikhlas  
menjagaku,, mendidikku,, membimbingku dengan baik,, ya Allah berikanlah balasan*

setimpal syurga firdaus untuk mereka dan jauhkanlah mereka nanti dari panasnya sengat hawa api nerakamu..

*Untukmu Babe(PAMAN),,,Mama (JASNI)..Terimakasih...  
we always loving you... ( ttd.Anakmu)*

Dalam setiap langkahku aku berusaha mewujudkan harapan-harapan yang kalian impikan didiriku, meski belum semua itu kuraih' insyallah atas dukungan doa dan restu semua mimpi itu kan terjawab di masa penuh kehangatan nanti. Untuk itu kupersembahkan ungkapan terimakasihku kepada:

Kepada Abangku (Syafrianto) ,Kakakku (Yelnita (selalu Bikes) dan Pendri) ,Adekku (Bendri super nyebelin)..”Bro, Saudar mu yang selalu bikes tapi cantik,come dan imuut ini bisa wisuda juga kan..[(^,^)> Makasih yaa buat segala dukungan dan doa .doakan selalu saudaramu ini ya brother and sister..

*... i love you all” :\* ...*

*Hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan bantuan Tuhan dan orang lain.  
”Tak ada tempat terbaik untuk berkeluh kesah selain bersama sahabat-sahabat terbaik”..*

Terimakasih kuucapkan Kepada Teman sejawat Saudara seperjuangan S-1 Gizi 15

“Tanpamu teman aku tak pernah berarti,,tanpamu teman aku bukan siapa-siapa yang takkan jadi apa-apa”, buat saudara sekaligus sahabatku selama Berada di Padang,Riska (amar),Siska (ika),Serli (kak icel),uni (Vini),TAP (titik),Mona Z(momo), suka cita empat tahun kita lalui bersama,, kini giliranku untuk terbang tinggi untuk mencapai mimpi-mimpi yang pernah kita rangkai.

Spesial buat adek-adekku UKS (Uummy) putrid tidur, Vivi(biduan), Beber(manjo), Yuyun (ms Gaaring),terimakasih atas segala bantuan dan motivasinya, kalian adalah obat pelipur lara hatiku yang selalu menghiburku dalam keadaan terjatuh, spesial doa untuk kalian semua semoga cepat terkejar target kalian untuk cepat wisuda.. Amiiin ya robbal’alamin...

*Kalian semua bukan hanya menjadi teman dan adik yang baik,  
kalian adalah saudara bagiku!!*

Buat keluargaku di seberang sana ,bapak dan mamak makasih atas dukungan dan do’anya Selama ini,terima kasih bapak dan mamak,untuk adekku Aulia Isna (chi embem) makasih banyak do’a dan dukungannya ya dek☺

*Spesial buat seseorang !!*

Buat seseorang yang bikesnya kelewatan, jangan TP lagi,bikesnya kurangin,cepat halallin sebelum dihalallin orang lain☺☺☺ Percayalah bahwa hanya ada satu namamu yang selalu kusebut-sebut dalam benih-benih doaku, semoga keyakinan dan takdir ini terwujud, insyallah jodohnya kita bertemu atas ridho dan izin Allah S.W.T

Untuk ribuan tujuan yang harus dicapai, untuk jutaan impian yang akan dikejar, untuk sebuah pengharapan, agar hidup jauh lebih bermakna, hidup tanpa mimpi ibarat

*arus sungai. Mengalir tanpa tujuan. Teruslah belajar, berusaha, dan berdoa untuk menggapainya.*

*Jatuh berdiri lagi. Kalah mencoba lagi. Gagal Bangkit lagi.*

*Never give up!*

*Sampai Allah SWT berkata “waktunya pulang”*

*Hanya sebuah karya kecil dan untaian kata-kata ini yang dapat kupersembahkan kepada kalian semua,, Terimakasih beribu terimakasih kuucapkan..*

*Atas segala kekhilafan salah dan kekuranganku,*

*kurendahkan hati serta diri menjabat tangan meminta beribu-ribu kata maaf tercurah.*

*Skripsi ini kupersembahkan. -by” Bedul.*

*Padang, 02 Agustus 2019*

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### Data Pribadi :

Nama : Reksi Maina Rani  
Nim : 1513211032  
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Nanam, 14 Mei 1994  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Nama Ayah : Paman  
Nama Ibu : Jasni  
Email : reksimaina\_rani@yahoo.com  
Alamat : Alahan Panjang, Sungai Nanam, Kabupaten Solok

### Riwayat Pendidikan :

1. SDN 09 Sungai Nanam : Tamatan Tahun 2009
2. SMPN 2 Lembah Gumanti : Tamatan Tahun 2012
3. SMAN 2 Kubung : Tamatan Tahun 2015
4. S1 Gizi STIKes PERINTIS Padang : Tamatan Tahun 2019

### **Kegiatan PBL :**

1. PBL (Table Manner)di Hotel Novotel Bukit Tinggi
2. PBL di PT Aerofood ACS Garuda,Jakarta
3. PBL di Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung
4. PBL di PT Yakult Indonesia Persada,Sukabumi
5. PBL di Universitas Gajah Mada,Yogyakarta
6. PBL di Poltekkes kemenkes Denpasar,Bali
7. PKL di RSUD Bangkinang
8. PKLdi Hotel Inna Muara,Padang
9. PKL di Pangeran Beach,Padang
10. PKL di AA Catering,Padang
11. PMPKL di Nagari IV Koto Talago Kecamatan Guguak Kabupaten 50 Kota

**PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT**

Yang bertanda tangan dibawah ini,saya :

Nama : Reksi Maina Rani  
NIM : 1513211032  
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Nanam,14 Mei 1994  
Nama Pembimbing Akademik : Dezi Ilham,M,Biomed  
Nama Pembimbing 1 : Erina Masri,M.Biomed  
Nama Pembimbing 2 : Rinda Lestari

Menyatakan bahwa saya tidak plagiat dalam penulisan judul skripsi saya yang berjudul :

**“ HUBUNGAN PENGETAHUAN ,VARIASI MENU,KETERPAPARAN INFORMASI,DAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN MINAT SARAPAN PAGI DI SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA TAHUN 2019”**

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus2019



Reksi Maina Rani

1513211032

**PROGRAM STUDI S1 GIZI**

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang**

**SKRIPSI, JULI 2019**

**REKSI MAINA RANI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, VARIASI MENU MAKANAN,  
KETERPAPARAN INFORMASI DAN DUKUNGAN ORANG TUA  
DENGAN MINAT SARAPAN PAGI PADA SISWA KELAS IV DI (SD) N 11  
RUJUKAN LUBUK BUAYA TAHUN 2019**

**Vii + 69 Halaman + 15 Tabel + 7**

**ABSTRAK**

Prevalensi minat sarapan pagi pada penduduk berumur  $\geq 10$  tahun yang tidak baik 93,8% di Sumatra Barat. Dari survey yang dilakukan pada orang tua siswa SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya tingkat pengetahuan ibu yang tidak baik yaitu sebesar 93,8% ,orang tua cenderung tidak memasak untuk sarapan keluarga karena tidak sempat atau sibuk. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui yang berhubungan dengan minat sarapan pagi.

Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan desain cross-sectional, penelitian ini dilakukan di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya sampel penelitian yang berjumlah 48 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari – Juli. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner dan Wawancara, sampel diambil secara random sampling. Variabel yang diteliti yaitu variabel dependen minat sarapan pagi, dan variabel independen yaitu pengetahuan ibu, variasi menu, keterpaparan informasi dan dukungan orang tua yang di analisa secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi-square.

Hasil penelitian hubungan antara pengetahuan dengan minat sarapan pagi didapatkan  $p = 0,008$ , variasi menu dengan minat sarapan pagi  $p = 0,008$ , keterpaparan informasi dengan minat sarapan pagi  $p = 0,010$  ,dukungan orang tua dengan minat sarapan pagi  $p = 0,122$ .

Perlu diadakan penyuluhan tentang pentingnya sarapan pagi pada anak usia sekolah dengan tema pentingnya sarapan pagi untuk memulai aktifitas dan bahaya tidak sarapan pagi sebelum beraktifitas.

**Daftar bacaan :** (1998-2018)

**Kata kunci :** Minat sarapan pagi, pengetahuan ibu, keterpaparan informasi, variasi menu, dukungan orang tua

**NUTRITIONAL S1 STUDY PROGRAM**

**Padang Pioneering Health Sciences College**

**SKRIPSI, JULY 2019**

**REKSI MAINA RANI**

**RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE, VARIATION OF MENU FOOD,  
INFORMATION EXTENSION AND SUPPORT OF PARENTS WITH  
INTEREST IN MORNING BREAKFAST IN CLASS IV STUDENTS IN (SD) N  
11 11 BUILDING OF THE CROCODILE HOUSE IN 2019**

**Vii + 69 Pages + 15 Tables + 7**

**ABSTRACT**

The prevalence of interest in breakfast among residents aged  $\geq 10$  years is not good 93.8% in West Sumatra. From a survey conducted on parents of students at SDN 11 in Lubuk Buaya Reference the level of mother's knowledge is not good at 93.8%, parents tend to do not cook for family breakfast because it is not available or busy. The purpose of this research is to find out what is associated with breakfast interest.

This type of research is analytical with cross-sectional design, this research was conducted at SDN 11 Referral to LubukBuaya. The research sample consisted of 48 respondents. The research was conducted in January-July. Data collection instruments used were questionnaires and interviews, samples were taken at random sampling, Variables studied the dependent variable interest in breakfast, and independent variables namely mother's knowledge, menu variations, information exposure and parental support which were analyzed univariately and bivariately using the chi-square test.

The results of the study the relationship between knowledge and interest in breakfast found  $p = 0.008$ , menu variations with interest in breakfast  $p = 0.008$ , information exposure with interest in breakfast  $p = 0.010$ , support of parents with interest in breakfast  $p = 0.122$ .

It is necessary to hold counseling about the importance of breakfast for school-age children with the theme of the importance of morning breakfast to start activities and the dangers of not having breakfast before activity.

**Reading list:** (1998-2018)

**Keywords:** breakfast interest, mother's knowledge, information exposure, menu variations, parental support

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya ,sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul“ **hubungan pengetahuan,variasi menu makanan,keterpaparan informasi dan dukungan orang tua dengan sarapan pagi di SDN Rujukan 11 Lubuk Buaya Th.2019**”Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang.Dalam penulisan Skripsi ini ,penulis memperoleh dukungan baik dukungan moril maupun material dari berbagai pihak .Penulismengucapkanterimakasih yang sebesar-besaryakepada :

1. Bapak Yendrizal JafriS.Kp,M.Biomed selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang.
2. Ibu Widia Dara,MP selaku Ketua Prodi S1 Gizi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang.
3. Ibu Erina Masri M.Biomed selaku dosen pembimbing I yang telah mengarahkan dan memberikan masukan dengan penuh kesabaran serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
4. Ibu Rinda Lestari,M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah mengarahkan dan memberikan masukan dengan penuh kesabaran serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini
5. Ibu Rahmita Yanti ,M.Kes selaku penguji penulis yang terus memberikan masukan,saran,dan nasehat.

6. Ayah dan ibu yang selalu memberikan semangat dan do'a yang tulus untuk penulis ,serta dorongan yang telah diberikan baik secara moril maupun materil dan seluruh keluarga tercinta.
7. Teman-teman seangkatan dan seperjuangan S1 Gizi STIKes Perintis Padang serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyelesaian Skripsi ini.

Demikian Skripsi yang telah penyusun buat.Penyusun menyadari, dalam penyusunan Skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan.Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Padang,1 Agustus 2019

ReksiMaina Rani

1513211032

**DAFTAR ISI**

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| <b>KATA PENGANTAR.....</b> | <b>i</b> |
|----------------------------|----------|

|                        |            |
|------------------------|------------|
| <b>DAFTAR ISI.....</b> | <b>iii</b> |
|------------------------|------------|

## **BAB I PENDAHULUAN**

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| 1.1.LatarBelakangMasalah .....   | 1 |
| 1.2.RumusanMasalah .....         | 7 |
| 1.3.TujuanMasalah .....          | 8 |
| 1.4.ManfaatPenelitian.....       | 9 |
| 1.5.RuangLingkupPenelitian ..... | 9 |

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

|  |    |
|--|----|
| 2.1.KonsepTeoritis .....   | 10 |
| 2.1.1. PengetahuanGizi .....   | 10 |
| 2.1.1.1.PengertianPengetahuanGizi .....                                      | 10 |
| 2.1.1.2.Cara MemperolehPengetahuanGizi.....                                  | 12 |
| 2.1.1.3.ManfaatPengetahuanGizi .....   | 14 |
| 2.1.1.4.HubunganPengetahuanGizidenganSarapanPagi .....                       | 15 |
| 2.1.2. VariasiMenu .....   | 16 |
| 2.1.2.1.PengertianVariasiMenu .....  | 16 |
| 2.1.2.2.ContohVariasiMenu UntukSarapan .....                                 | 18 |
| 2.1.2.3.HubunganVariasiMenu denganSarapanPagi.....                           | 18 |
| 2.1.3. Dukungan Orang Tua(Keluarga).....                                     | 19 |
| 2.1.3.1.Dukungan Orang Tua(Keluarga).....                                    | 19 |
| 2.1.3.2.ContohDukungan Orang Tua(Keluarga)<br>UntukMendukungSarapanPagi..... | 20 |
| 2.1.3.3.HubunganDukungan Orang Tua (Keluarga)<br>denganSarapanPagi .....     | 20 |
| 2.1.4. KeterpaparanInformasidariSekolah.....                                 | 20 |
| 2.1.4.1.PengertianInformasi .....  | 20 |

|  |    |
|--|----|
| 2.1.4.2. Manfaat Keterpaparan Informasi dari Sekolah .....         | 21 |
| 2.1.4.3. Hubungan Keterpaparan Informasi dengan Sarapan Pagi ..... | 21 |
| 2.1.5. Sarapan Pagi .....  | 22 |
| 2.1.5.1. Pengertian Sarapan Pagi .....                             | 22 |
| 2.1.5.2. Manfaat Sarapan Pagi .....                                | 23 |
| 2.1.5.3. Efek Negatif Tidak Membiasakan Sarapan Pada Anak .....    | 24 |
| 2.1.5.4. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Dasar .....                   | 25 |
| 2.1.5.5. Jenis Makanan Sarapan Pagi .....                          | 29 |
| 2.2. Penelitian Terkait .....                                      | 31 |

### **BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 2.1. Kerangka Konsep .....      | 32 |
| 2.2. Defenisi Operasional ..... | 33 |
| 2.3. Hipotesa .....             | 34 |

### **BAB IV MOTODE PENELITIAN**

|  |    |
|--|----|
| 4.1. Desain Penelitian .....           | 35 |
| 4.2. Tempat dan Waktu Penelitian ..... | 35 |
| 4.2.1. Tempat penelitian .....         | 35 |
| 4.2.2. Waktu Penelitian .....          | 35 |
| 4.3. Populasi dan Sampel .....         | 36 |
| 4.3.1. Populasi .....                  | 36 |
| 4.3.2. Sampel .....                    | 36 |
| 4.4. Pengumpulan Data .....            | 37 |
| 4.4.1. Data Primer .....               | 37 |
| 4.4.2. Data Sekunder .....             | 37 |
| 4.4.3. Cara Pengumpulan Data .....     | 37 |
| 4.5. Pengolahan dan Analisa Data ..... | 38 |
| 4.5.1. Pengolahan Data .....           | 38 |
| 4.5.2. Analisa Data .....              | 38 |

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 4.6. Etika Penelitian..... | 40 |
|----------------------------|----|

## **BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN**

|  |    |
|--|----|
| 5.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                               | 47 |
| 5.2. Hasil Penelitian .....  | 47 |
| 5.2.1 Analisa Univariat .....  | 47 |
| 5.2.1.1. Pengetahuan Ibu .....   | 47 |
| 5.2.1.2. Variasi Menu .....  | 48 |
| 5.2.1.3. Keterpaparan Informasi.....                                     | 49 |
| 5.2.1.4. Dukungan Orang Tua.....   | 50 |
| 5.2.1.5. Minat Sarapan Pagi .....  | 50 |
| 5.2.2 Analisa Bivariat.....  | 51 |
| 5.2.2.1. Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Sarapan Pagi.....             | 51 |
| 5.2.2.2. Hubungan Variasi Menu Dengan Minat Sarapan Pagi .....           | 53 |
| 5.2.2.3. Hubungan Keterpaparan Informasi Dengan Minat Sarapan Pagi ..... | 54 |
| 5.2.2.4. Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Minat Sarapan Pagi .....     | 55 |
| 5.3. Pembahasan.....   | 56 |
| 5.3.1 Analisa Univariat .....  | 56 |
| 5.3.1.1. Pengetahuan Ibu .....   | 56 |
| 5.3.1.2. Variasi Menu .....  | 57 |
| 5.3.1.3. Keterpaparan Informasi.....                                     | 57 |
| 5.3.1.4. Dukungan Orang Tua .....  | 58 |
| 5.3.1.5. Minat Sarapan Pagi .....  | 59 |
| 5.3.2 Analisa Bivariat.....  | 59 |
| 5.3.2.1. Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Sarapan Pagi.....             | 59 |
| 5.3.2.2. Hubungan Variasi Menu Dengan Minat Sarapan Pagi .....           | 61 |
| 5.3.2.3. Hubungan Keterpaparan Informasi Dengan Minat Sarapan Pagi ..... | 63 |
| 5.3.2.4. Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Minat Sarapan Pagi .....     | 65 |

## **BAB VI PENUTUP**

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 6.1. Kesimpulan ..... | 67 |
| 6.2. Saran.....       | 68 |

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

**DAFTAR TABEL**

|   |    |
|---|----|
| Tabel.1 Kebutuhanenergipadaanakusiasekolahdasar ..... | 26 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| Tabel.2 Kebutuhankarbohidratpadaanakusiasekolahdasar .....   | 27 |
| Tabel.3 Angkakecukupan protein padaanakusiasekolahdasar .....  | 28 |
| Tabel.4 KandunganGiziMakananSarapan per 100 .....  | 29 |
| Tabel.5 PenelitianTerkait .....  | 30 |
| Tabel.6 DefenisiOperasional.....   | 33 |
| Tabel.7Distribusifrekuensirespondenberdasarkanpengetahuan orang tuakelas 4 di<br>SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA.....               | 48 |
| Tabel 5.2 Distribusifrekuensirespondenberdasarkanvariasi menu orang tuakelas 4<br>di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA.....           | 48 |
| Tabel 5.3 Distribusifrekuensirespondenberdasarkanketerpaparaninformasi orang<br>tuakelas 4 di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA ..... | 49 |
| Tabel 5.4 Distribusifrekuensirespondenberdasarkandukungan orang tuakelas 4 di<br>SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA .....              | 50 |
| Tabel 5.5 Distribusifrekuensirespondenberdasarkansarapanpagikelas 4 di SDN<br>11 RUJUKAN LUBUK BUAYA .....                     | 51 |
| Tabel 5.6 Hubunganpengetahuanibudenganminatsarapanpagisiswakelas 4 SDN<br>11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019 .....              | 52 |
| Tabel 5.7 HubunganVariasi menu denganminatsarapanpagisiswakelas 4 SDN<br>11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019.....                | 53 |
| Tabel 5.8 Hubunganketerpaparaninformasidenganminatsarapanpagisiswakelas<br>4 SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019.....        | 54 |
| Tabel 5.8Hubungandukungan orang tuadenganminatsarapanpagisiswakelas 4 SDN<br>11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019.....            | 55 |

## LAMPIRAN

1.Kuesioner

2.Lembarkonsulpembimbing 1

3.Lembarkonsulpembimbing II

4.Master table

5.Suratketeranganpenelitian

6.Dokumentasi penelitian

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1.Latar Belakang Masalah**

Manusia merupakan makhluk hidup yang melakukan pertumbuhan dan perkembangan ,untuk tumbuh dan berkembang manusia membutuhkan energi.Energi itu sendiri di peroleh dari bahan pangan yang mengandung zat gizi.Zat gizi yang terkandung dalam pangan tidak hanya menyediakan sumber energy,tetapi juga dapat mempertahankan kesehatan(Dewi Cakrawati,2014).

Manusia dituntut untuk selalu memenuhi kebutuhannya, karena itulah manusia tidak pernah berhenti untuk beraktivitas, mulai dari pagi hingga sore hari, bahkan terkadang sampai tengah malam. Seperti halnya, siswa yang mengikuti proses belajar mengajar dari pagi hingga siang hari, dimana pada pagi hari adalah waktu dimana siswa mulai melakukan aktivitasnya. Siswa memerlukan energi sebagai pendorong atau penggerak untuk melakukan aktivitas.Energi manusia diperoleh dari makan pagi ini dikarenakan kalori tubuh manusia sangat rendah di pagi hari.Yudi berpendapat (2008 dalam Sukiniarti 2015:316) bahwa makan pagi memiliki manfaat dalam memberi energi untuk otak, sarapan dapat membantu meningkatkan daya ingat dan konsentrasi sebelum tiba waktunya makan siang dan sebagai pengganti waktu malam yang tidak terisi oleh makanan setelah tidur selama kurang lebih 8 jam. Oleh karena itu, zat gula dalam tubuh akan menurun, maka sarapan merupakan cara untuk menggantikan energi yang di butuhkan oleh tubuh.

Indonesia sehat bertujuan untuk mensejahterakan rakyat dalam peningkatan kesehatan termasuk gizi. Undang-undang nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 141 ayat 1 menyatakan bahwa upaya perbaikan gizi masyarakat ditujukan untuk peningkatan mutu gizi perseorangan dan masyarakat (Dirjen Bina Gizi dan KIA, 2011). Salah satu upaya kesehatan adalah perbaikan gizi terutama diusia sekolah khususnya pada usia 7-12 tahun. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi yang baik dapat dicapai dengan berbagai cara salah satunya dengan mempraktekkan pola sarapan pagi (Almatsier, 2002).

Pada usia sekolah anak sudah mulai lepas dari pengawasan orang tua dan bergaul dengan teman sekolahnya. Masa ini juga sangat memerlukan perhatian terutama dalam hal membiasakan sarapan pagi sebelum ke sekolah, memilih jajanan sehat di sekolah dan agar selalu mengevaluasi status gizi anak, (Devi, 2012).

Oleh karenanya anak usia sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar. Tubuh yang bugar dapat diperoleh dengan asupan nutrisi yang baik sepanjang hari. Makan pagi dimulai dari pukul 06.00 sampai pukul 10.00.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas gizi adalah pola makan yang seimbang dan teratur. Sarapan merupakan hal yang paling penting dilakukan setiap hari karena dapat berkontribusi pada asupan dan kebutuhan zat gizi

harian. Konsumsi sarapan pada anak memberikan performa belajar yang lebih baik saat di sekolah (Mahoney *et al.* 2005), namun masih banyak anak yang tidak terbiasa mengonsumsi sarapan. Menurut penelitian Soedibyo dan Gunawan (2009), prevalensi anak yang tidak biasa sarapan di Jakarta sebesar 22.4%. Penelitian Hardinsyah dan Perdana (2013) menyatakan bahwa 69.6% anak Indonesia belum mengonsumsi sarapan sesuai dengan anjuran gizi seimbang (25% kebutuhan sehari).

Sarapan merupakan kegiatan rutin di pagi hari yang harus dilakukan guna memenuhi kebutuhan energi di dalam tubuh agar dapat melakukan aktivitas secara optimal. Hal tersebut sangat penting terutama bagi anak-anak usia sekolah dasar karena dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan serta berbagai aktivitas di sekolah (Wiarso, 2013). Pada anak usia sekolah dasar, energi yang adekuat diperlukan untuk menunjang aktivitas belajar di sekolah. Energi diperoleh dari makanan/minuman yang dikonsumsi oleh masing-masing anak. Anak yang seringkali melewatkan sarapan sangat tidak dianjurkan. Melewatkan sarapan membuat anak tidak berenergi karena perut kosong sehingga anak menjadi susah untuk memfokuskan pikiran di sekolah. Hal tersebut sangat tidak mendukung dalam peningkatan prestasi belajar (Sukiniarti, 2015).

Sarapan merupakan sumber energi dan diperlukan untuk aktivitas dan belajar di sekolah. Dengan sarapan pagi, lambung akan terisi kembali setelah 8-10 jam kosong sehingga kadar gula dalam darah meningkat lagi. Keadaan ini ada hubungannya dengan kerja otak terutama konsentrasi belajar pada pagi hari.

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan yang pertama, karena dalam keluarga inilah anak pertama-tama mendapatkan bimbingan dan pendidikan. Oleh karena itu orang tua hendaknya menyadari bahwa pendidikan dimulai dari keluarga, sedangkan sekolah merupakan pendidikan lanjutan. Perhatian dan dukungan orang tua dapat memberikan dorongan dan motivasi sehingga anak dapat belajar dengan tekun. Karena anak memerlukan waktu, tempat, dan keadaan yang baik untuk belajar. Sekolah, merupakan lembaga pendidikan formal pertama yang sangat penting dalam menentukan prestasi belajar siswa, karena itu lingkungan sekolah yang baik dapat mendorong untuk belajar yang lebih giat.

Salah satu yang membentuk kebiasaan sarapan pagi anak adalah lingkungan keluarga. Peran ibu dalam keluarga, terutama dalam merawat dan mengurus keluarga. Pada penelitian Siega et al (1998) anak yang ibunya bekerja memiliki kebiasaan sarapan yang rendah dari pada ibu tidak bekerja. Hal serupa dikemukakan oleh penelitian Ramadhani (2014) yang menunjukkan bahwa 59,4 % sarapan di siapkan oleh ibu. Masalah yang sering timbul dalam menyediakan sarapan pagi adalah pengetahuan yang rendah tentang sikap ibu dalam merancang menu sarapan agar anak tidak merasa bosan. Seorang ibu harus mempunyai keterampilan dalam menyediakan makanan, memasak makanan yang beragam, dan dapat mengoleksi menu sarapan dari buku sehingga keluarga, terutama anak cenderung memilih makanan bersemangat dan mau sarapan setiap harinya (Sartika, 2012). Melewatkan waktu sarapan pagi berarti terjadi keterlambatan asupan zat gizi (asupan gula ke dalam sel darah) sehingga dapat menurunkan daya konsentrasi anak sewaktu belajar yang timbul karena rasa malas, lemas serta

mengantuk. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan pagi berpengaruh terhadap daya konsentrasi anak sehingga akan mempengaruhi prestasi belajarnya.

Dukungan orang tua dalam minat sarapan pagi sangat diperlukan untuk ketersediaan makanan untuk sarapan, jika tidak ada dukungan orang tua, ketersediaan makanan saat waktu sarapan akan terganggu,

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan melalui panca indera yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior) (Notoatmodjo, 2007)

Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Sedangkan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang berlebihan, sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Almatsir, 2004).

Sediaoetama (2000) menjelaskan bahwa, pengetahuan merupakan hal penting terbentuknya perilaku seseorang. Praktek terjadi setelah seseorang mengetahui stimulus atau objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang melaksanakannya dan mempraktekkan apa yang sudah diketahuinya. Untuk terwujudnya sikap menjadi suatu tindakan nyata diperlukan suatu faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan gizi dalam pemilihan menu dan ketersediaan makanan sarapan pagi sangat diperlukan untuk dapat membedakan, memilih, menu sarapan yang baik, apa lagi menu sarapan pagi untuk anak usia sekolah khususnya anak SD, karena anak SD masih sulit untuk sarapan, jadi dengan pengetahuan gizi dapat menentukan menu sarapan yang menarik dan menambah nafsu makan anak saat sarapan.

Variasi pada pola makan anak tidak hanya membantu membuat pola makan yang lebih bernutrisi dan mendukung kebiasaan makan yang sehat (khususnya setelah melewati masa sulit makan pada usia dua tahun), namun juga akan mempengaruhi pola makan yang lebih sehat saat dewasa nanti. Nutrisi esensial yang kita butuhkan untuk pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan ditemukan dalam jumlah yang bervariasi dalam makanan-makanan yang beragam. Pola makan yang bervariasi akan memastikan nutrisi-nutrisi ini dipenuhi dalam jumlah yang ideal.

Makanan-makanan yang ada di dalam satu kelompok makanan mengandung nutrisi yang berbeda-beda. Penting bagi anak-anak (dan kita juga)

untuk mengonsumsi makanan yang beragam pada setiap kelompok makanan. Misalnya, stroberi kaya akan vitamin C, dan pisang kaya akan vitamin-vitamin B. Hal yang serupa juga ada pada daging merah, yang memberikan lebih banyak zat besi dibandingkan dengan anggota lain dalam kelompok makanan ini. Maka dari itu, memakan makanan yang beragam memastikan Anda dan anak Anda mendapat variasi nutrisi sebanyak-banyaknya dari pola makan Anda.

Variasi makan saat sarapan akan menambah minat sarapan bagi anak usia sekolah khususnya pada anak SD, salah satu penyebab kurangnya minat sarapan pagi adalah tidak adanya variasi menu makanan saat sarapan. Hasil survey awal di SDN 11 Lubuk Buaya dengan sampel 20 siswa, siswa tidak sarapan karena orang tua tidak masak, atau tidak menyediakan makanan untuk sarapan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui “Hubungan Pengetahuan Gizi, Dukungan Orang Tua, Variasi Menu Makanan, keterpaparan informasi dari sekolah dengan Minat Sarapan Pagi siswa kelas IV di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Faktor yang berhubungan dengan Pengetahuan Gizi, Dukungan Orang Tua, Variasi Menu Makanan, keterpaparan informasi, dengan Minat Sarapan Pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019”.

### **1.3.Tujuan Masalah**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan ,Dukungan Orang Tua,Variasi Menu Makanan,Keterpaparan Informasi, dengan Sarapan Pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.

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

- a. Untuk mengetahui gambaran sarapan pagi pada siswa SDN 11 Lubuk Buaya Tahun 2019.
- b. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019
- c. Untuk mengetahui gambaran variasi menu makanan dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.
- d. Untuk mengetahui gambaran dukungan oarang tua dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.
- e. Untuk mengetahui gambaran keterpaparan informasi dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.
- f. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan sarapan pagi di SDN 11 LubukBuaya Tahun.2019.
- g. Untuk mengetahui hubungan variasi menu makanan dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.
- h. Untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.

- i. Untuk mengetahui hubungan keterpaparan informasi dengan sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya Tahun.2019.
- j. Untuk jadi bahan pertimbangan pembelajaran di Sekolah Dasar Negeri 11 Lubuk Buaya.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

- a. Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman penulis dalam melakukan riset gizi,khususnya tentang Pengetahuan Gizi,Dukungan Orang Tua,Variasi Menu Makanan,Status Ekonomi, dengan Minat Sarapan Pagi.
- b. Dapat Sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan sains pada anak usia dini serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan kepustakaan karya tulis ilmiah yang bermanfaat.
- d. Bagi sekolah dapat jadi acuan untuk meningkatkan kualitas dalam proses didik.

#### **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini akan difokuskan pada hal-hal yang berkaitan dengan pengetahuan gizi,variasi makan,dukungan orang tua,informasi dari sekolah dengan minat sarapan pagi di SDN 11 Lubuk Buaya.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Konsep Teoritis**

##### **2.1.1. Pengetahuan Gizi**

###### **2.1.1.1. Pengertian Pengetahuan Gizi**

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu pengindraan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indra penglihatan (mata) (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana 26 diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal (Wawan dkk, 2010).

Pengetahuan adalah hal mengenai segala sesuatu yang diketahui (Poerwadarminta, 2003). Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri (Notoatmodjo, 2003). Pengetahuan diperoleh seseorang melalui pendidikan formal, informal dan non-formal.

Menurut Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu :

- (1) Baik : Hasil presentase 76% - 100%
- (2) Cukup : Hasil presentase 56% - 75%

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2003). Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya berpengaruh pada keadaan gizi yang bersangkutan.

Pengetahuan gizi adalah kemampuan seseorang untuk mengingat kembali kandungan gizi makanan serta kegunaan zat

gizi tersebut dalam tubuh. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya (Irawati & Fachrurozi 1992 dalam Khomsan *et al*, 2004). Pengetahuan tentang gizi sangat mempengaruhi seseorang dalam memenuhi kebutuhannya. Kedalaman dan keluasan pengetahuan tentang gizi akan menuntun seseorang dalam pemilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi baik dari segi kualitas, variasi, maupun cara penyajian pangan yang diselaraskan dengan konsep pangan. Misalnya, konsep pangan yang berkaitan dengan kebutuhan fisik, apakah makan asal kenyang atau untuk memenuhi kebutuhan tubuh.

Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi essential. Sedangkan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang

berlebihan sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Almatsier, 2001).

#### **2.1.1.2. Cara Memperoleh Pengetahuan Gizi**

Pengetahuan tentang gizi yang harus dimiliki masyarakat antara lain kebutuhan-kebutuhan bagi tubuh (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral). Selain itu, jenis-jenis makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan tubuh tersebut, baik secara kualitatif dan kuantitatif, akibat atau penyakit-penyakit yang disebabkan karena kekurangan gizi dan sebagainya (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan gizi mempunyai peranan penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang, sebab hal ini akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi (Harper *et al*, 1985). Suatu hal yang meyakinkan tentang pentingnya pengetahuan gizi didasarkan pada tiga kenyataan, yaitu : 1) Status gizi yang cukup adalah penting bagi kesehatan dan kesejahteraan. 2) Setiap orang hanya akan cukup gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, pemeliharaan dan energi. 3) Ilmu gizi memberikan fakta-fakta yang perlu sehingga penduduk dapat belajar menggunakan pangan dengan baik bagi kesejahteraan gizi.

Notoatmodjo (2003), juga menyatakan bahwa, media informasi yang dapat menstimulasi pengetahuan seseorang adalah:

a. Media Cetak

Media cetak adalah alat-alat yang dapat member informasi, media cetak tersebut antara lain : 1) Rubrik atau tulisan pada surat kabar atau majalah yang membahas suatu informasi tentang gizi seimbang. 2) *Leafet* adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan mengenai pengetahuan gizi pada remaja. 3) Poster adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan kesehatan yang biasanya ditempel pada dinding, di tempat umum atau kendaraan umum.

b. Media Elektronik

Media elektronik adalah sebagai sarana untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan. Jenis-jenis media elektronik antara lain : 1) Televisi, menyampaikan pesan atau informasi tentang gizi, melalui media ini dalam bentuk forum diskusi atau Tanya jawab masalah gizi. 2) Radio, menyampaikan informasi atau pesan tentang gizi dalam berbagai bentuk antara lain obrolan (Tanya jawab), ceramah. 3) Video, menyampaikan informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui ceramah, film, iklan dan lain-lain.

c. Media Papan

Media papan merupakan suatu media yang terdapat di tempat-tempat umum, dapat diisi informasi pengetahuan, seperti halnya informasi tentang gizi.

#### **2.1.1.3. Manfaat Pengetahuan Gizi**

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2003). Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya berpengaruh pada keadaan gizi yang bersangkutan.

Pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi essential. Sedangkan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang berlebihan sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Almatsier, 2001).

Dengan seseorang memiliki pengetahuan gizi dapat membantu dalam pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan dapat memperoleh semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh.

#### **2.1.1.4. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Minat Sarapan Pagi**

Pengetahuan gizi pada anak usia sekolah sangat penting karena setiap orang akan cukup gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, karena pengetahuan gizi memberikan informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya dengan kesehatan. Kedalaman dan keluasan pengetahuan tentang gizi akan menuntun seseorang dalam pemilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi baik dari segi kualitas, variasi, maupun cara penyajian pangan yang diselaraskan dengan konsep pangan. Misalnya, 33 konsep pangan yang berkaitan dengan kebutuhan fisik, apakah makan asal kenyang atau untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Sehingga dengan pengetahuan gizi anak akan meningkat minat sarapan pagi, karena dia tahu sarapan dibutuhkan untuk mendukung konsentrasi belajar dan memberikan kontribusi penting beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh dalam proses fisiologis. Sarapan pagi dapat mempertahankan daya tahan saat bekerja, meningkatkan produktivitas kerja, untuk memelihara kebugaran

jasmani atau ketahanan fisik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran (Kadarzi, 2009:6).

## **2.1.2. Variasi Makanan**

### **2.1.2.1. Pengertian Variasi Makanan**

Variasi makanan adalah variasi bahan makanan yang kalau dimakan, dicerna, dan diserap akan menghasilkan paling sedikit susunan menu sehat dan seimbang. Menyediakan variasi makanan merupakan salah satu cara untuk mengatasi rasa bosan yang mengurangi selera makan. Variasi menu yang tersusun oleh kombinasi bahan makanan yang diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hidangan sehat baik secara kualitas dan kuantitas.

Jenis makanan yang dikonsumsi anak usia sekolah dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu makanan utama dan makanan selingan (Sediaoetama, 2006):

a. Makanan Utama Makanan utama adalah makanan yang dikonsumsi seseorang berupa makan pagi, makan siang, dan makan malam yang terdiri dari makanan pokok, lauk- pauk, sayur, buah, dan minuman.

1) Makanan Pokok Makanan pokok adalah makanan yang dianggap memegang peranan paling penting dalam susunan hidangan. Pada umumnya makanan pokok berfungsi sebagai sumber utama kalori atau energi (kalori) dalam tubuh dan memberi rasa kenyang. Bahan makanan

pokok di Indonesia dapat berupa beras (serealia), akar dan umbi, serta ekstrak tepung seperti sagu.

- 2) Lauk-pauk Pada umumnya lauk- pauk merupakan sumber utama protein di dalam hidangan yang berfungsi sebagai zat pembangun. Berdasarkan sumbernya, lauk- pauk digolongkan menjadi dua yaitu lauk- pauk hewani seperti daging, ikan, telur, dan sebagainya dan lauk- pauk tumbuhan seperti kacang- kacangan dan hasil olahan kacang seperti tempe dan tahu.
- 3) Sayur dan buah Kedua bahan makanan ini termasuk bahan nabati dan umumnya merupakan penghasil vitamin dan mineral, namun ada juga beberapa jenis sayur dan buah yang menghasilkan energi dalam jumlah yang cukup berarti.
- 4) Minuman Minuman merupakan cairan yang dikonsumsi yang tidak terbatas waktunya, atau yang mengiringi makanan selingan seperti air putih, es, jus, teh, dsb.

b. Makanan Selingan Makanan selingan adalah makanan kecil yang dibuat sendiri maupun yang dijual. Makanan selingan terdiri dari:

- 1) Makanan selingan berbentuk kering, seperti keripik, pop corn, kacang telur, dsb.

- 2) Makanan selingan berbentuk basah, seperti lempeng, kue basah, tahu isi, dsb.
- 3) Makanan selingan berbentuk kuah, seperti mi ayam, bakso, empuk- empuk, dsb. Salah satu syarat susunan menu adalah bervariasi, artinya jenis bahan makanan yang digunakan dalam hidangan harus berganti- ganti setiap harinya. Untuk itu perlu diketahui bahan makanan pengganti bagi setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk- pauk, sayur dan buah) (Sediaoetama, 2006).

#### **2.1.2.2. Contoh Variasi Makanan Untuk Sarapan**

Jenis makanan adalah variasi bahan makanan yang kalau dimakan, dicerna, dan diserap akan menghasilkan paling sedikit susunan menu sehat dan seimbang. Menyediakan variasi makanan merupakan salah satu cara untuk mengatasi rasa bosan yang mengurangi selera makan. Variasi menu yang tersusun oleh kombinasi bahan makanan yang diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hidangan sehat baik secara kualitas dan kuantitas.

Menu-menu sarapan yang sehat dan bergizi :

1. Menu Sarapan Telur Orak Arik Sayuran
2. Resep Sarapan Pagi Omelet Sayur Sederhana
3. Menu Sarapan Pagi Dengan Rolade Tahu Sayur

4. Sarapan Pagi Dengan Roti Tawar Isi Sosis, Sayuran
5. Baked Potato Kentang Panggang Keju
6. Menu Sarapan Egg Sandwich Telur
7. Sate Tempe Ayam dan Sayuran

### **2.1.2.3. Hubungan Variasi Makanan dengan Minat Sarapan Pagi**

Menyediakan variasi makanan merupakan salah satu cara untuk mengatasi rasa bosan yang mengurangi selera makan. Variasi menu yang tersusun oleh kombinasi bahan makanan yang diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hidangan sehat baik secara kualitas dan kuantitas. Dengan jenis makanan yang bervariasi dan tidak itu-itu aja setiap hari akan meningkatkan minat sarapan pagi bagi anak usia sekolah.

### **2.1.3. Dukungan Orang Tua(Keluarga)**

#### **2.1.3.1. Pengertian Dukungan Orang Tua(Keluarga)**

Lingkungan keluarga sangat besar pengaruhnya terhadap anak, hal ini karena di dalam keluargalah anak memperoleh pengalaman pertama dalam kehidupannya. Dalam hal ini orang tua mempunyai pengaruh yang kuat dalam membentuk kesukaan makan anak-anaknya, karena orang tua adalah model pertama yang dilihat oleh anak.

Orang tua adalah pemegang kendali utama tanggung jawab atas proses pembentukan karakter anak. Peran orang tua sangat penting untuk memberikan pemahaman kepada anak sebagai bekal

utama sebelum berinteraksi dengan lingkungan sosial dan untuk perkembangan mereka. Dukungan adalah suatu pola interaksi yang positif atau perilaku menolong yang diberikan pada individu dalam menghadapi suatu peristiwa atau kejadian yang menekan dan dianggap penting dalam proses kehidupan. Dukungan yang dirasakan oleh individu dalam kehidupannya membuat individu tersebut merasa dicintai, dihargai, dan diakui serta membuat dirinya menjadi lebih berarti dan dapat Universitas Sumatera Utara mengoptimalkan potensi yang ada dalam individu tersebut. Orang yang menapat dukungan akan merasa menjadi bagian dari pemberi dukungan (Bobak, 2005).

Dukungan orang tua adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota orang tua memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman, 2008).

#### **2.1.3.2. Contoh Dukungan Orang Tua(Keluarga) Untuk Mendukung Minat Sarapan Pagi**

Contoh dukungan orang tua ( keluarga ) dalam minat sarapan pagi anak sebelum berangkat sekolah adalah dengan menyediakan makanan yang baik,sehat dan bergizi untuk anaknya sebelum berangkat ke sekolah ,jika makanan tidak tersedia untuk anak,dia akan terbiasa untuk tidak sarapan pagi sebelum berngkat sekolah.

### **2.1.3.3. Hubungan Dukungan Orang Tua (Keluarga) dengan Minat Sarapan Pagi**

Perhatian dan dukungan orang tua dapat memberikan dorongan dan motivasi sehingga anak dapat memperoleh sarapan pagi yang bervariasi sehat dan bergizi. Karena anak memerlukan waktu, tempat, dan keadaan yang baik. O'Dea (2007: 29) mengemukakan bahwa kebiasaan makan dapat dikembangkan oleh orangtua dengan menjadi teladan yang baik untuk diikuti anak-anak. Jika anak-anak tumbuh dalam lingkungan yang menghargai pentingnya makanan sehat, kebiasaan makan mereka akan dibentuk seperti itu seumur hidup mereka.

### **2.1.4. Keterpaparan Informasi dari Sekolah**

#### **2.1.4.1. Pengertian Informasi**

**Informasi** adalah sekumpulan data atau fakta yang telah diproses dan dikelola sedemikian rupa sehingga menjadi sesuatu yang mudah dimengerti dan bermanfaat bagi penerimanya. Menurut Raymond McLeod, pengertian informasi adalah data yang telah diolah menjadi bentuk yang mempunyai arti bagi si penerima dan bermanfaat dalam pengambilan keputusan saat ini atau di masa mendatang. Menurut Jogiyanto HM, pengertian informasi adalah hasil dari pengolahan data ke dalam bentuk yang lebih bermanfaat

bagi penerimanya yang menggambarkan kejadian-kejadian yang nyata untuk digunakan dalam pengambilan keputusan.

Informasi adalah pemberitahuan atau kabar berita yang disampaikan baik secara langsung atau tidak langsung. Untuk meningkatkan minat sarapan pagi pada SD N 11 LUBUK BUAYA sangat diperlukan informasi dari sekolah tentang manfaat sarapan pagi dan dampak jika tidak sarapan pagi, baik informasi secara langsung maupun tidak langsung.

#### **2.1.4.2. Manfaat Keterpaparan Informasi dari Sekolah**

Manfaat informasi berdasarkan kegunaan diantaranya;

- Informasi yang menambah pengetahuan, yaitu informasi yang isinya menambah pengetahuan baru bagi seseorang.
- Informasi yang berdasarkan penyajian, yaitu informasi yang disampaikan dalam beberapa bentuk, misalnya artikel, audio, gambar, video, dan lainnya.
- Menambah wawasan tentang manfaat sarapan pagi dan dampak tidak sarapan pagi.

#### **2.1.4.3. Hubungan Keterpaparan Informasi dengan Minat Sarapan Pagi**

Informasi adalah pemberitahuan atau kabar berita yang disampaikan baik secara langsung atau tidak langsung yang berguna

untuk menambah wawasan atau pengetahuan tentang sarapan yang dapat meningkatkan minat sarapan pagi. Dengan adanya pengetahuan tentang manfaat sarapan pagi dan dampak tidak sarapan pagi pada anak usia sekolah ibu, akan berusaha menyediakan makanan untuk sarapan yang sehat, bergizi, menarik dan bervariasi sehingga minat sarapan anak akan meningkat.

## **2.1.5. Sarapan Pagi**

### **2.1.5.1. Pengertian Sarapan Pagi**

Sarapan pagi adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktifitas fisik pada pagi hari. Sarapan pagi termasuk dalam 10 Pedoman Umum Gizi Seimbang yaitu makanan yang dimakan pada pagi hari sebelum beraktivitas yang terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk atau makanan kudapan (Gizinet, 2009:5). Dari berbagai sumber, frekuensi makan yang baik adalah tiga kali sehari. Hal ini berarti sarapan pagi janganlah ditinggalkan. Sarapan pagi berupa makanan atau minuman yang memberikan energi dan zat gizi lain yang dikonsumsi pada waktu pagi hari dan bisa dilakukan antara pukul 06.00-08.00 (Khomsan A, 2004:103). Sarapan merupakan kegiatan rutin di pagi hari yang harus dilakukan guna memenuhi kebutuhan energi di dalam tubuh agar dapat melakukan aktivitas secara optimal. Hal tersebut sangat penting terutama bagi anak-anak usia sekolah dasar karena dapat

mendukung pertumbuhan dan perkembangan serta berbagai aktivitas di sekolah (Wiarso, 2013).

Pada anak usia sekolah dasar, energi yang adekuat diperlukan untuk menunjang aktivitas belajar di sekolah. Energi diperoleh dari makanan/minuman yang dikonsumsi oleh masing-masing anak. Melewatkan sarapan membuat anak tidak berenergi karena perut kosong sehingga anak menjadi susah untuk memfokuskan pikiran di sekolah. Hal tersebut sangat tidak mendukung dalam peningkatan prestasi belajar (Sukiniarti, 2015).

#### **2.1.5.2. Manfaat Sarapan Pagi**

Manfaat sarapan pagi sangat mendukung dalam konsentrasi belajar dan memberikan kontribusi gizi yang penting diperlukan tubuh. Dalam proses fisiologis Sarapan pagi dapat mempertahankan daya tahan saat bekerja, meningkatkan produktivitas kerja, untuk memelihara kebugaran jasmani atau ketahanan fisik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran (Kadarzi, 2009:6).

Sarapan pagi diharapkan dapat menjaga penyediaan kalori untuk dipergunakan 2 jam pertama pagi hari sebelum waktunya makanan kecil kira-kira pukul 10.00 akan meningkatkan lagi kalori yang mungkin sudah berkurang sesudah digunakan.

Berikut ini adalah beberapa manfaat sarapan :

1. Memberi energi untuk otak

Sarapan pagi yang baik akan meningkatkan kadar gula darah , dengan kadar gula darah yang terjamin optimal, maka gairah dan konsentrasi kerja bisa lebih baik sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktifitas.

## 2. Meningkatkan asupan vitamin

Sarapan pagi akan memberikan kontribusi penting akan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin, dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologis dalam tubuh (Khomsan, 2010)

## 3. Meningkatkan daya ingat

Tidur semalaman membuat otak kelaparan, jika tidak mendapatkan glukosa yang cukup pada saat sarapan, maka fungsi otak atau memori dapat terganggu. Dalam penelitian Bagwel (2008) nilai rata-rata yang lebih tinggi terdapat pada kelompok dengan kebiasaan sarapan yang rutin daripada kelompok dengan kebiasaan sarapan yang tidak rutin.

### **2.1.5.3. Efek Negatif Tidak Membiasakan Sarapan Pada Anak**

Anak yang tidak sarapan mempunyai risiko terhadap status gizi. Status gizi yang buruk pada anak akan memberikan dampak anak menderita gangguan mental, sukar berkonsentrasi, rendah diri dan prestasi belajar menjadi rendah karena hambatan terhadap

pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan (Moehji, 2003). Salah satu penyebab terjadinya status gizi yang buruk adalah rendahnya asupan zat gizi. Anak yang tidak sarapan akan cenderung mengkonsumsi makanan jajanan di sekolah yang kualitas gizinya tidak terjamin. Jajan yang terlalu sering dapat mengurangi nafsu makan anak di rumah. Selain itu banyak makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan sehingga akan mengganggu kesehatan anak, seperti terserang penyakit saluran pencernaan dan dapat timbul penyakit-penyakit lainnya yang diakibatkan pencemaran bahan kimiawi (Rossa, 2014).

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

Jika anak tidak sarapan berarti perutnya dalam keadaan kosong sejak makan malam sebelumnya sampai makan siang nantinya. Ada banyak akibat yang terjadi jika seseorang tidak sarapan pagi yaitu badan terasa lemah karena kekurangan zat gizi yang diperlukan untuk tenaga, tidak dapat melakukan kegiatan disekolah pagi hari dengan baik, kebugaran jasmani atau ketahanan fisik yang rendah, bagi anak sekolah yang tidak sarapan pagi tidak dapat berpikir dengan baik dan malas, orang dewasa hasil kerjanya menurun (Kadarzi, 2009:6). Bila anak usia sekolah tidak terbiasa sarapan pagi secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan berat badan dan daya tahan tubuh, kurang gizi dan anemia gizi besi (Ahmad dkk, 2011).

Pada anak yang tidak sarapan, menipisnya ketersediaan glikogen otot tidak tergantikan. Untuk menjaga agar kadar gula darah tetap normal, tubuh memecah simpanan glikogen dalam hati menjadi gula darah. Jika bantuan pasokan gula darah ini habis juga, tubuh akan kesulitan memasok jatah gula darah ke otak. Akibatnya anak bisa menjadi gelisah, bingung, pusing, mual, berkeringat dingin, kejang perut bahkan bisa sampai pingsan. Ini merupakan gejala hipoglikemia atau merosotnya kadar gula darah (Ratnawati, 2001). Kerugian lain jika tidak ada asupan makanan di pagi hari yaitu dapat memicu kadar insulin lebih tinggi dalam darah. Jika kondisi ini berlangsung terus menerus dapat menjadi cikal bakal penyakit diabetes.

Anak dari golongan usia sekolah memerlukan makanan yang kurang lebih sama dengan yang dianjurkan untuk anak prasekolah terkecuali porsi harus lebih besar karena kebutuhannya yang lebih banyak, mengingat bertambahnya berat badan dan aktivitasnya. Kebutuhan gizi yang disesuaikan dengan banyak aktifitas yang dilakukan oleh anak usia sekolah sangat memengaruhi. Anak-anak membutuhkan makanan yang bervariasi yang dapat memberikan energi, protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

## 1. Energi

Kebutuhan energi anak usia sekolah berhubungan dengan laju pertumbuhan. Kebutuhan energi individual anak bergantung pada tingkat aktivitas anak dan ukuran tubuhnya. Aktivitas fisik memerlukan energi diluar kebutuhan untuk metabolisme. Aktivitas fisik adalah gerakan yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya. Selama aktivitas fisik, otot membutuhkan energi di luar metabolisme untuk bergerak, sedangkan jantung dan paru-paru memerlukan tambahan energi untuk mengantarkan zat-zat gizi dan oksigen ke seluruh tubuh dan untuk mengeluarkan sisa-sisa dari tubuh. Sumber energi berkonsentrasi tinggi adalah bahan makanan sumber lemak, seperti kacang-kacangan dan biji-bijian. Setelah itu bahan makan sumber karbohidrat, seperti padi-padian, umbi-umbian, dan gula murni. Semua makanan yang dibuat dari dan dengan bahan makanan tersebut merupakan sumber energi.

Kebutuhan akan energi berbeda-beda setiap orang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi tubuh orang tersebut. Daftar kebutuhan energi pada anak usia sekolah dasar dapat dilihat pada tabel.

**Tabel.** Kebutuhan energi pada anak usia sekolah dasar.

| <b>Golongan Usia</b> | <b>Berat badan (kg)</b> | <b>Tinggi badan (cm)</b> | <b>Energi (kkal)</b> |
|----------------------|-------------------------|--------------------------|----------------------|
| 4 – 6 tahun          | 19                      | 112                      | 1600                 |
| 7 – 9 tahun          | 27                      | 130                      | 1850                 |
| Pria 10-12 tahun     | 34                      | 142                      | 2100                 |
| Wanita 10-12         | 35                      | 145                      | 2000                 |

---

tahun

*Sumber : Peraturan Menteri Kesehatan nomor 75 tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia.*

## 2. Karbohidrat

Di dalam tubuh, zat-zat makanan yang mengandung unsur karbon dapat digunakan sebagai bahan pembentuk energi yaitu karbohidrat, lemak dan protein. Karbohidrat- zat tepung/pati adalah makanan yang dapat memengaruhi keperluan akan tenaga ini. Fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan keperluan energi tubuh, selain itu karbohidrat juga mempunyai fungsi lain yaitu karbohidrat diperlukan bagi kelangsungan proses metabolisme lemak. Diketahui juga karbohidrat mengadakan suatu aksi penghematan terhadap protein.

Daftar kebutuhan karbohidrat pada anak usia sekolah dapat dilihat pada tabel

**Tabel** Kebutuhan karbohidrat pada anak usia sekolah dasar

| <b>Golongan Usia</b> | <b>Berat badan (kg)</b> | <b>Tinggi badan (cm)</b> | <b>Karbohidrat(g)</b> |
|----------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 4 – 6 tahun          | 19                      | 112                      | 220                   |
| 7 – 9 tahun          | 27                      | 130                      | 254                   |
| Pria 10-12 tahun     | 34                      | 142                      | 289                   |
| Wanita 10-12         | 35                      | 145                      | 275                   |

---

tahun

*Sumber : Peraturan Menteri Kesehatan nomor 75 tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia.*

### 3. Protein

Asupan protein yang direkomendasikan untuk anak usia sekolah adalah 0.95 gram protein per kilogram berat badan untuk usia 4-13 tahun laki-laki dan perempuan. Diet vegetarian juga sesuai untuk anak usia sekolah kalau mereka membutuhkan energi yang cukup, makanan protein tambahan, variasi jenis makanan dan tingkat asupan vitamin dan mineral yang adekuat (story, 2000 dalam Widodo R, 2009). Memenuhi kebutuhan energi individual anak, protein disiapkan untuk pertumbuhan dan pemulihan jaringan.

Berdasarkan daftar Angka Kecukupan Gizi(2013), angka Kecukupan protein yang dianjurkan (tiap orang per harian) pada anak usia sekolah dasar dapat dilihat pada tabel :

**Tabel**

Angka kecukupan protein pada anak usia sekolah dasar

| <b>Golongan Usia</b> | <b>Berat badan (kg)</b> | <b>Tinggi badan (cm)</b> | <b>Protein(gram)</b> |
|----------------------|-------------------------|--------------------------|----------------------|
| 4 – 6 tahun          | 19                      | 112                      | 35                   |
| 7 – 9 tahun          | 27                      | 130                      | 49                   |
| Pria 10-12 tahun     | 34                      | 142                      | 56                   |
| Wanita 10-12 tahun   | 35                      | 145                      | 60                   |

---

*Sumber : Peraturan Menteri Kesehatan nomor 75 tahun 2013 tentang*

*Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa*

*Indonesia*

#### 4. Lemak

Makanan tinggi lemak, khususnya yang mengandung lemak jenuh tinggi dan asam lemak agar dikonsumsi sedikit mungkin. Namun bagaimanapun, konsumsi jumlah yang tepat penting untuk memenuhi kecukupan energi, asam lemak esensial dan vitamin larut dalam lemak. Demi kesehatan WHO menganjurkan agar konsumsi lemak sebesar 15-30% dari kebutuhan energi total. Menurut jenisnya, konsumsi lemak jenuh maksimal sebesar 10% dari kebutuhan energi total,

sedangkan untuk lemak tak jenuh sebesar 3-7% (Widodo R, 2009).

#### **2.5.5. Jenis Makanan Sarapan Pagi**

Dalam penelitian Aprilia (2013) makan pagi harus memiliki kualitas makanan serta pilihan sumber makanan yang terbaik serta memenuhi sebanyak 20-35% dari kecukupan energi harian yang dinyatakan oleh Giovannini (2008) atau seperempat kalori sehari yang dinyatakan oleh Judarwanto (2008). Berdasarkan Depkes (2014) jenis makanan untuk sarapan terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur-sayuran, buah-buahan dan minuman dalam jumlah yang seimbang atau dapat disusun dan dipilih sesuai dengan keadaan. Hasil penelitian yang dikutip oleh Kusumaningsih (2007) menunjukkan bahwa jenis hidangan yang biasa dikonsumsi untuk sarapan anak sekolah umumnya terbatas pada makanan pokok saja atau jenis hidangan lainnya adalah makanan jajanan.

Daftar kandungan gizi beberapa jenis makanan sarapan :

**Table 1 .Kandungan Gizi Makanan Sarapan per 100**

| <b>Gram Makanan</b> | <b>Energi (Kal)</b> | <b>Protein (g)</b> |
|---------------------|---------------------|--------------------|
| <b>Sarapan</b>      |                     |                    |
| Beras               | 335                 | 6,2                |
| Mie                 | 339                 | 10,0               |
| Ayam goreng         | 300                 | 34,0               |
| Abon                | 212                 | 18,0               |
| Telur dadar         | 251                 | 16,0               |
| Burger              | 276                 | 12,8               |
| Kornet              | 241                 | 16,0               |
| Sosis               | 452                 | 14,5               |
| Tahu                | 68                  | 7,8                |
| Tempe               | 149                 | 18,3               |

*Sumber : Khomsan (2010)*

Sepuluh jenis makanan yang paling populer sebagai sarapan anak 6—12 tahun adalah nasi putih, telur ceplok/dadar, tempe goreng, sayur berkuah, ikan goreng, mi instan, nasi goreng, sayuran (tumis), tahu goreng, serta roti dan turunannya. Nasi putih merupakan makanan yang paling banyak populer (paling tinggi tingkat partisipasi konsumsinya) saat sarapan. Sebanyak 28.5% anak usia sekolah (6-12 tahun) mengonsumsi nasi putih sebagai pangan sarapan mereka.

Seperti yang telah banyak diketahui bahwa nasi merupakan pangan pokok masyarakat Indonesia, oleh karena itu hal tersebut menjadi sangat wajar dan untuk sarapan, masyarakat pada umumnya mengonsumsi nasi putih dengan lauk yang mudah disiapkan seperti telur ayam yang diceplok, tempe goreng, tahu goreng, dan lainnya. Rata-rata jumlah nasi yang dikonsumsi saat sarapan oleh anak sebanyak 149.19 g (satu piring dalam satuan rumah tangga/URT) atau jika dikonversi dalam bentuk kalori maka nilainya yaitu 266 kkal (Hardiansyah & Muhm. Aries, 2012).

## 2.2. Penelitian Terkait

| NO | NAMA PENELITI  | JUDUL PENELITIAN                         | METODE PENELITIAN   |
|----|----------------|--|---|
| 1  | Irina Meriska1 | PERILAKU SARAPAN PAGI ANAK SEKOLAH DASAR | penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional study</i> . Sebelum dilakukan penelitian, dilakukan survey pendahuluan ke lokasi penelitian. Selain itu, dilakukan uji validitas dan realibilitas.<br><br>di Kelurahan Kemiling |

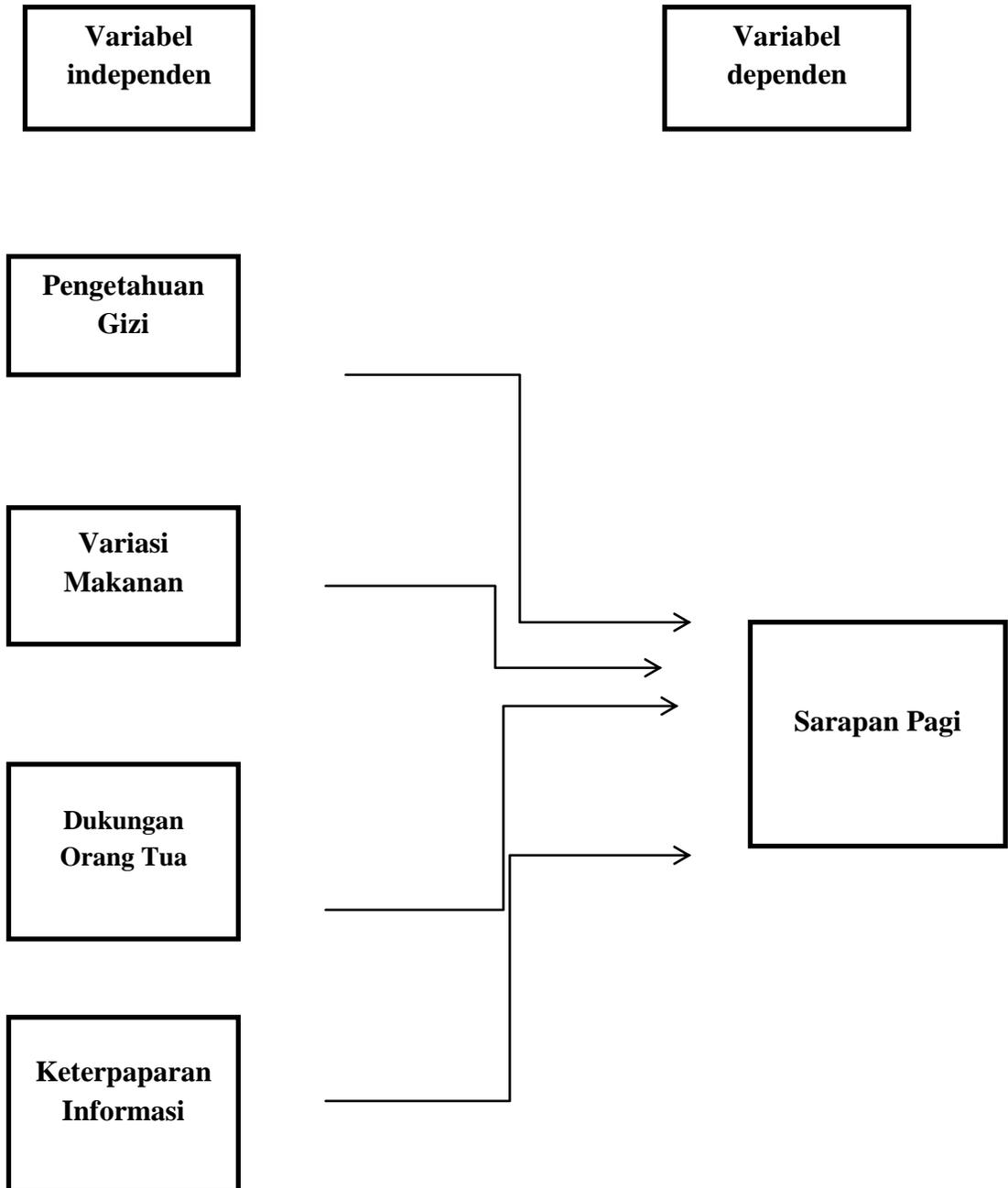
|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |  | Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung Tahun 2013.   |
| 2 | Syilga Cahya<br>Gemily, Ronny<br>Aruben,Suyatno | FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBIASAAN DAN KUALITAS SARAPAN SISWA KELAS V DI SDN SENDANGMULYO 04 KECAMATAN TEMBALANG, SEMARANG TAHUN 2015 | penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dan kualitatif. |
| 3 | Lamtiur Saragi1                                 | HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN ASPEK BIOLOGIS ANAK USIA SEKOLAH  | Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelatif yang menggunakan   |

|   |                 |  |  |
|---|-----------------|--|--|
|   |                 |  | pendekatan <i>cross sectional</i> .  |
| 4 | Lydia Verdiana1 | KEBIASAAN<br>SARAPAN<br>BERHUBUNGAN<br>DENGAN<br>KONSENTRASI<br>BELAJAR<br>PADASISWASDN<br>SUKOHARJO I<br>MALANG | penelitian ini yaitu observasional analitik dengan menggunakan rancangan <i>cross sectional</i> . Penelitian dilaksanakan di SDN Sukoharjo I Kota Malang pada bulan Oktober sampai dengan November 2016. |

## BAB III

### KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Konsep



### 3.2 Defenisi Operasional

| No | Variabel       | Defenisi Operasional  | Cara Ukur | Alat Ukur | Hasil Ukur  | Skala   |
|----|----------------|---|-----------|-----------|---|---------|
| 1  | Sarapan pagi   | Frekuensi makan dan minum pada pagi hari sebelum melakukan aktifitas,yang di nilai dari bangun tidur sampai pukul 10.00 | Wawancara | Kuesioner | Baik atau Kurang<br>Jika skor > 1<br>Juka kurang baik < atau sama dengan 1                  | Ordinal |
| 2  | Pengetahuan    | Segala sesuatu yang diketahui mengenai hal atau sesuatu tentang pengetahuan gizi dan sarapan pagi                       | Wawancara | Kuesioner | Baik atau Kurang<br>1.jika skor $\geq 6$ yang benar<br>Kurang baik jika skor < 6 yang benar | Ordinal |
| 3  | Variasimakanan | Susunan golongan bahan makanan yang   | Wawancara | Kuesioner | Bervariasi atau Tidak   | Ordinal |

|          |                        |   |           |           |  |         |
|----------|------------------------|---|-----------|-----------|--|---------|
|          |                        | terdapat dalam satu hidangan berbeda pada tiap kali penyajian                   |           |           | Bervariasi<br>1. jika hasil jawaban memiliki skor $> 3$<br>jika $\leq 3$                       |         |
| <b>4</b> | Dukungan orang tua     | Cara orang tua membantu untuk meningkatkan minat sarapan pagi siswa             | Wawancara | Kuesioner | Ada dukungan atau tidak ada dukungan jika hasil jawaban memiliki skor $> 3$ atau jika $\leq 3$ | Ordinal |
| <b>5</b> | Keterpaparan informasi | Memperoleh informasi tentang manfaat sarapan pagi dan dampak dari tidak sarapan | Wawancara | Kuesioner | Terpapar atau tidak terpapar jika hasil jawaban  | Ordinal |

|  |  |      |  |  |                                      |  |
|--|--|------|--|--|--------------------------------------|--|
|  |  | pagi |  |  | memiliki skor > 3 atau jika $\leq 3$ |  |
|--|--|------|--|--|--------------------------------------|--|

### 3.3 Hipotesa

1. Ada hubungan pengetahuan gizi dengan sarapan pagi
2. Tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan sarapan pagi
3. Ada hubungan variasi menu makanan dengan sarapan pagi
4. Tidak ada hubungan variasi menu makanan dengan sarapan pagi
4. Ada hubungan dukungan orang tua dengan sarapan pagi
5. Tidak ada hubungan dukungan orang tua dengan sarapan pagi
6. Ada hubungan keterpaparan informasi dengan sarapan pagi
7. Tidak ada hubungan keterpaparan informasi dengan sarapan pagi

## **BAB IV**

### **MOTODE PENELITIAN**

#### **4.1.DesainPenelitian**

Jenis penelitian ini adalah observasional, yaitu penelitian yang hanya melakukan observasi, tanpa melakukan intervensi pada variabel yang diteliti, dengan pendekatan waktu cross sectional (potong lintang). Menurut Nursalam (2008), cross sectional (potong lintang) yaitu suatu desain penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Dengan studi ini, akan diperoleh prevalensi atau efek suatu fenomena (variabel dependen) dihubungkan dengan penyebab (variabel independen). Variabel independen meliputi pengetahuan, variasi menu makanan, dukungan orang tua, keterpaparan informasi, Variabel dependen yaitu sarapan pagi.

#### **4.2.TempatdanWaktuPenelitian**

##### **4.2.1.Tempatpenelitian**

Penelitian yang berjudul hubungan pengetahuan, variasi makanan, dukungan orang tua dan keterpaparan informasi dari sekolah dengan minat sarapan pagi dilaksanakan di SDN 11 Lubuk Buaya.

##### **4.2.2.Waktu**

Penelitian dari bulan Januari 2019 sampai bulan Juli 2019 yang dimulai dari survey pendahuluan, pengajuan judul, mempersiapkan proposal

penelitian, konsultasi proposal penelitian, penelitian dan penyusunan hasil penelitian.

### 4.3. Populasi dan Sampel

#### 4.3.1. Populasi

Menurut sugiyono (2014:148), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: subjek atau obyek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan, populasi penelitian siswa kelas IV yang terdiri dari 4 lokal yaitu B,C,D,E di SDN 11 Lubuk Buaya yang berjumlah 91 orang.

#### 4.3.2. Sampel

Menurut sugiyono (2008:118) bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak bisa mempelajari semua yang ada pada populasi, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Pengambilan sampel dilakukan secara acak (*random sampling*) dengan menggunakan aplikasi RNG.

Rumus yang digunakan Lemeshow, et.al, 1990

$$n = \frac{Z^2 \cdot P(1-P)}{d^2 (N-1) + Z^2 \cdot P(1-P)}$$

Keterangan :

n = besarnya sampel

N = Jumlah populasi

$Z_{2 \cdot 1-\alpha/2}$  = standar deviasi nominal 1,96 dengan taraf kepercayaan 95%

$d_2$  = tingkat kesalahan

$p$  = proporsi suatu kasus tertentu terhadap populasi, bila tidak diketahui

proporsinya 50% (0,5)

Kriteria sampel inklusi dan eksklusi.

a. Kriteria Inklusi

1. Siswa bersedia jadi responden
2. Siswa dapat berkomunikasi dengan baik
3. Bersedia untuk di wawancarai

b. Kriteria Eksklusi

1. Siswa tidak bersedia jadi responden
2. Siswa tidak dapat berkomunikasi dengan baik
3. Tidak bersedia diwawancarai

#### **4.4. Pengumpulan Data**

##### **4.4.1 Data Primer**

- a. Data karakteristik responden yang meliputi nama responden, umur, jenis kelamin dan tempat tinggal yang diperoleh melalui wawancara.
- b. Data minat sarapan pagi yang diperoleh melalui wawancara kuesioner Data jumlah murid kelas IV yang diperoleh dari tata usaha SDN 11 rujukan Lubuk Buaya.

#### **4.4.2 Data Sekunder**

Data jumlah murid kelas IV yang diperoleh dari tata usaha SDN rujukan Lubuk Buaya

#### **4.4.3 Cara Pengumpulan Data**

a. Metode pengamatan Observasi pada penelitian ini dilakukan di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya yang di ajukan untuk mendapatkan informasi mengenai siswa kelas4 B,C,Ddan E.

b. Metode Wawancara

Metode wawancara dalam penelitian ini dengan pengisian kuesioner tentang pengetahuan gizi,variasi menu sarapan pagi,keterpaparan informasi dari sekolah,dan bentuk dukungan orang tua terhadap penyediaan menu sarapan pagi.

#### **4.5 Pengolahan dan Analisa Data**

##### **4.5.1.Pengolahan Data**

Data,pengetahuan,variasi menu makanan, dukungan orang tua dan,keterpaparan informasi,terhadap minat sarapan pagi diperoleh melalui wawancara langsung dengan responden dengan menggunakan kuesioner. Selanjutnya diolah menggunakan SPSS.

Penyuntingan (editing),tahap editing yang disebut juga tahap pemeriksaan data adalah proses peneliti memeriksa kembali data yang terkumpul dan dapat diolah dengan baik.

Data coding, pemberian data adalah menterjemahkan data kedalam kode-kode yang biasanya dalam bentuk angka, untuk dapat dipindahkan kesarana penyimpanan, seperti computer dan analisa.

#### 4.4.2. Analisa Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat. Analisis univariat digunakan untuk menganalisa data yang disajikan secara deskriptif dengan menggunakan program SPSS.

##### 1) Analisa Univariat

Analisa ini digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi atau distribusi frekuensi masing-masing variable penelitian yang meliputi variable dependen (sarapan pagi) dan variable independen (pengetahuan gizi, variasi menu makanan, dukungan orang tua, keterpaparan informasi). Analisa univariat digunakan untuk menganalisa data yang disajikan.

##### 2) Analisa bivariate

Analisa bivariate digunakan untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini, untuk mengetahui hubungan antara variable independen dengan variable dependen. Untuk analisa data menggunakan rumus chi-square.

$$x^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Keterangan :

O = frekuensi hasil observasi

E = frekuensi yang diharapkan.

Nilai E = (Jumlah sebaris x Jumlah Sekolom) / Jumlah data

### 3) Pemindahan data kekomputer (data entering)

Data entering adalah proses pemindahan data dari fisik menjadi data digital yang dapat diolah dengan software. Data fisik adalah data yang ada di dokumen-dokumen kertas ataupun catatan lainnya. Data tersebut akan diketik dan dimasukkan kedalam dokumen digital di komputer.

### 4) Data output

Data output adalah merupakan salah satu kegiatan dalam pembuatan laporan hasil penelitian yang telah dilakukan agar dapat dipahami dan dianalisa sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Data dapat berbentuk tabel dan daftar.

k = Jumlah kolom

b = jumlah baris

Dalam penelitian ini digunakan tingkat kemaknaan = 0,05, jika diperoleh nilai  $p \leq 0,05$ , berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan dependen, dan jika diperoleh nilai  $p > 0,05$ , maka tidak ada hubungan yang signifikan antar variabel independen dengan dependen.

## 4.5 Etika Penelitian

Etika berasal dari bahasa Yunani ethos. Istilah etika adalah tinjauan dari aspek timologi yang memiliki makna kebiasaan dan peraturan perilaku yang berlaku dalam masyarakat. Menurut pandangan Sastrapratedja (2004), etika dalam konteks filsafat merupakan refleksi filsafat atas moralitas masyarakat sehingga etika disebut pula sebagai filsafat moral. Etika mencakup norma untuk berperilaku, memisahkan apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang seharusnya tidak boleh dilakukan. Etika membantu manusia untuk melihat secara kritis moralitas yang dihayati masyarakat, etika juga membantu kita untuk merumuskan pedoman etis yang lebih adekuat dan norma-norma baru yang dibutuhkan karena adanya perubahan yang dinamis dalam tata kehidupan masyarakat. Sedangkan etika dalam ranah penelitian lebih menunjuk pada 3 prinsip utama etika riset atau penelitian yang perlu dipahami dan diterapkan oleh peneliti adalah :

### 1. Beneficence

Yang padasarnya adalah di atas segala yang tidak boleh membahayakan. Prinsip ini mengandung 4 dimensi:

#### a. Bebas dari bahaya

Yaitu peneliti harus berusaha melindungi subjek yang diteliti, terhindar dari bahaya atau ketidaknyamanan fisik atau mental.

#### b. Bebas dari eksploitasi

Keterlibatan peserta dalam penelitian tidak seharusnya merugikan mereka atau memaparkan mereka pada situasi yang mereka tidak siapkan.

c. Manfaat dari penelitian

Manfaat penelitian yang paling penting adalah meningkatnya pengetahuan atau penghalusan pengetahuan yang akan berdampak pada subjek individu, namun lebih penting lagi apabila pengetahuan tersebut dapat mempengaruhi atau disiplin dan anggota masyarakat.

d. Rasio antara resiko dan manfaat

Penelitian dan penilai (reviewer) harus menelaah keseimbangan antara manfaat dan resiko dalam penelitian.

2. Menghargai Martabat Manusia

Menghormati martabat subjek meliputi :

a. Hak untuk self determination (menetapkan sendiri)

Prinsip self

determination ini mengandung arti bahwa subjek mempunyai hak untuk memutuskan secara sukarela apakah dia ingin berpartisipasi dalam suatu penelitian, tanpa beresiko untuk dihukum, dipaksa, atau diperlakukan tidak adil.

b. Hak untuk mendapatkan penjelasan lengkap (full disclosure)

Penjelasan lengkap berarti bahwa peneliti telah secara penuh menjelaskan tentang sifat penelitian, hak subjek untuk menolak berpartisipasinya, tanggung jawab peneliti, serta kemungkinan resiko dan manfaat yang bisaterjadi.

Beberapa tindakan yang terkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat manusia, adalah: peneliti mempersiapkan formulir persetujuan subyek (informed consent) yang terdiri dari:

- 1) penjelasan manfaat penelitian
- 2) penjelasan kemungkinan risiko dan ketidaknyamanan yang dapat ditimbulkan
- 3) penjelasan manfaat yang akan didapatkan
- 4) persetujuan peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan yang diajukan subyek berkaitan dengan prosedur penelitian
- 5) persetujuan subyek dapat mengundurkan diri kapan saja dan
- 6) jaminan anonimitas dan kerahasiaan. Namunkadangkala, formulir persetujuan subyek tidak cukup memberikan proteksi bagi subyek kitusendiri terutama untuk penelitian-penelitian klinik karena terdapat perbedaan pengetahuan dan otoritas antara peneliti dengan subyek

### 3. Mendapatkan Keadilan

Prinsip ini mengandung hak subjek untuk mendapatkan perlakuan yang adil dan hak mereka untuk mendapatkan keleluasaan pribadi.

Hak mendapatkan perlakuan yang adil berarti subjek mempunyai hak yang sama, sebelum, selama, dan setelah partisipasi mereka dalam penelitian.

Perlakuan yang adil mencakup aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Seleksi subjek yang adil dan tidak diskriminatif.
- b. Perlakuan yang tidak menghukum bagimereka yang menolak atau mengundurkan diri dari kesertaannya dalam penelitian, walaupun diapernah menyetujui untuk berpartisipasi.
- c. Penghargaan terhadap semua persetujuan yang telah dibuat antara peneliti atau subjek, termasuk prosedur dan pembayaran atau tunjangan yang telah dijanjikan.
- d. Subjek dapat mengakses penelitian setiap saat diperlukan untuk mengklarifikasi informasi.
- e. Subjek dapat mengakses bantuan profesional yang sesuai apabila terjadi gangguan fisik atau psikologis.
- f. Mendapatkan penjelasan, jika diperlukan yang tidak diberikan sebelum peneliti dilakukan atau mengklarifikasi isu yang timbul selama penelitian.
- g. Perlakuan yang penuh rasa hormat selama penelitian

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **5.1. Hasil Penelitian**

##### **5.1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA, Kecamatan Koto Tangah PADANG Sekolah ini memiliki akreditasi A. Sekolah ini diselenggarakan dari pagi hingga siang hari. Dimana kegiatan belajar mengajar dimulai dari 06.45 sampai dengan 14.00 WIB.

SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA ini memiliki 11 ruang kelas belajar, 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang guru, 1 ruang TU, 1 ruang rapat, 1 ruang UKS, 1 ruang perpustakaan. Kelas yang dipakai dalam penelitian ini adalah kelas 4 yang mana kelas 4 memiliki 5 ruang kelas, A, B, C, D, dan E peneliti mengambil sampel ruang kelas 4 B, C, D, dan E. dengan responden ibu dari anak kelas 4 B, C, D, E SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA.

##### **5.1.2. Hasil Analisa Univariat**

###### **5.1.2.1. Pengetahuan Orang Tua**

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan orang tua tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.1

**Tabel 5.1**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan orang tua kelas 4 di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA**

| <b>Pengetahuan Ibu</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|------------------------|----------|----------|
| kurang baik            | 45       | 93.8     |
| Baik                   | 3        | 6.3      |
| Total                  | 48       | 100.0    |

Pada table 5.1 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden( 93,8%) pengetahuan orang tua tahun 20119 kurang baik.

#### **5.1.2.2. Variasi Menu**

Disrtibusi frekuensi responden berdasarkan variasi tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.2

**Tabel 5.2**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan variasi menu orang tua kelas 4 di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA**

| <b>Variasi menu</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|---------------------|----------|----------|
| tidak bervariasi    | 45       | 93.8     |
| Bervariasi          | 3        | 6.3      |
| Total               | 48       | 100.0    |

Pada table 5.2 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden (93,8%) variasi menu sarapan orang tua tahun 2019 tidak bervariasi.

### 5.1.2.3. Keterpaparan Informasi

Disrtibusi frekuensi responden berdasarkan keterpaparan informasi tentang pentingnya sarapan pagi orang tua tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.3

**Tabel 5.3**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan keterpaparaninformasi orang tua kelas 4 di SDN 11 RUJUKANLUBUK BUAYA**

| <b>Keterpaparan informasi</b> | <b>f</b> | <b>%</b> |
|-------------------------------|----------|----------|
| tidak terpapar informasi      | 37       | 77.1     |
| Terpapar informasi            | 11       | 22.9     |
| Total                         | 48       | 100.0    |

Pada table 5.3 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden (77.1%)keterpaparan informasi tentang sarapan tahun 2019 kurang baik atau tidak terpapar informasi.

#### **5.1.2.4. Dukungan Orang Tua**

Disrtibusi frekuensi responden berdasarkan dukungan orang tua tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.4

**Tabel 5.4**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan orang tua kelas 4 di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA**

| <b>Dukungan orang tua</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|---------------------------|----------|----------|
| tidak ada dukungan        | 46       | 95.8     |
| ada dukungan              | 2        | 4.2      |
| Total                     | 48       | 100.0    |

Pada table 5.4 diatas diketahui bahwa lebih dari separoh responden (95.8%) kurangnya dukungan orang tua terhadap sarapan keluarga tahun 2019 .

#### **5.1.2.5. Minat Sarapan Pagi**

Disrtibusi frekuensi minat sarapan tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.5

**Tabel 5.5**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan sarapan pagi kelas 4  
di SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA**

| <b>Minat Sarapan pagi</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|---------------------------|----------|----------|
| tidak baik                | 45       | 93.8     |
| Baik                      | 3        | 6.3      |
| Total                     | 48       | 100.0    |

Pada table 5.5 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden (93,8%) memiliki anak yang minat sarapan pagi tahun 2019 tidak baik.

**5.1.3. Hasil Analisa Bivariat**

**5.1.3.1. Hubungan Pengetahuan Orang Tua Terhadap Minat Sarapan Pagi**

Hubungan pengetahuan orang tua terhadap minat sarapan pagi tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.6

**Tabel 5.6**

**Hubungan pengetahuan ibu dengan minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019**

| Pengetahuan Ibu | Minat Sarapan |       |      |       | Total |        | P Value |
|-----------------|---------------|-------|------|-------|-------|--------|---------|
|                 | Tidak Baik    |       | Baik |       |       |        |         |
|                 | n             | %     | n    | %     | n     | %      |         |
| Kurang Baik     | 44            | 97.8% | 1    | 2.2%  | 45    | 100.0% | 0,008   |
| Baik            | 1             | 33.3% | 2    | 66.7% | 3     | 100.0% |         |
| Total           | 45            | 93.8% | 3    | 6.3%  | 48    | 100.0% |         |

Dari table 5.6 diatas dapat diketahui minat sarapan pagi yang tidak baik lebih besar (97,8%) pada anak yang pengetahuan orang tua kurang baik,dibandingkan dengan anak yang pengetahuan orang tua baik (33,3%) .Dari uji *chi-square* disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan minat sarapan pagi ( $p = 0,008$ ) dengan ( $p < 0,05$ ).

#### **5.1.3.2. Hubungan Variasi Menu Terhadap Minat Sarapan Pagi**

Hubungan variasi menu terhadap minat sarapan pagi tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.7

**Tabel 5.7**

**Hubungan Variasi menu dengan minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019**

| Variasi Menu | Minat Sarapan |       |      |       | Total |        | P Value |
|--------------|---------------|-------|------|-------|-------|--------|---------|
|              | Tidak Baik    |       | Baik |       | n     | %      |         |
|              | n             | %     | n    | %     |       |        |         |
| Kurang Baik  | 44            | 97.8% | 1    | 2.2%  | 45    | 100.0% | 0,008   |
| Baik         | 1             | 33.3% | 2    | 66.7% | 3     | 100.0% |         |
| Total        | 45            | 93.8% | 3    | 6.3%  | 48    | 100.0% |         |

Dari table 5.7 diatas dapat diketahui minat sarapan pagi tidak baik lebih besar (97,8%) pada anak yang menu sarapan paginya tidak baik, ,dibandingkan dengan variasi menu yang baik (33,3%).Dari uji *chi-square* disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara variasi menu dengan minat sarapan pagi ( $p = 0,008$ ) dengan ( $p < 0,05$ ).

### **5.1.3.3.Hubungan Keterpaparan Informasi Terhadap Minat Sarapan Pagi**

Hubungan keterpaparan informasi terhadap minat sarapan pagi tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.8

**Tabel 5.8**

**Hubungan keterpaparan informasi dengan minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019**

| <b>Keterpaparan Informasi</b> | <b>MinatSarapan</b> |          |             |          | <b>Total</b> |          | <b>P Value</b> |
|-------------------------------|---------------------|----------|-------------|----------|--------------|----------|----------------|
|                               | <b>Tidak Baik</b>   |          | <b>Baik</b> |          | <b>n</b>     | <b>%</b> |                |
|                               | <b>n</b>            | <b>%</b> | <b>n</b>    | <b>%</b> |              |          | <b>n</b>       |
| Kurang Baik                   | 37                  | 100.0%   | 0           | 0%       | 37           | 100.0%   | 0,010          |
| Baik                          | 8                   | 72.7%    | 3           | 27.3%    | 11           | 100.0%   |                |
| Total                         | 45                  | 93.8%    | 3           | 6.3%     | 48           | 100.0%   |                |

Dari table 5.8 diatas dapat diketahui minat sarapan tidak baik lebih besar (100%) pada anak yang keterpaparan informasinya kurang baik,dibandingkan dengan keterpaparan informasi yang baik (72.7%).

#### **5.1.3.4.HubunganDukungan Orang Tua Terhadap Minat Sarapan Pagi**

Hubungan dukungan orang tua terhadap minat sarapan pagi tahun 2019 dapat dilihat pada table 5.9

**Tabel 5.9**

**Hubungan dukungan orang tua dengan minat sarapan pagi  
siswa kelas 4 SDN 11 RUJUKAN LUBUK BUAYA tahun 2019**

| <b>Dukungan<br/>Orang Tua<br/>Ibu</b> | <b>Minat Sarapan</b> |          |             |          | <b>Total</b> |          | <b>P<br/>Value</b> |
|---------------------------------------|----------------------|----------|-------------|----------|--------------|----------|--------------------|
|                                       | <b>Tidak Baik</b>    |          | <b>Baik</b> |          | <b>n</b>     | <b>%</b> |                    |
|                                       | <b>n</b>             | <b>%</b> | <b>n</b>    | <b>%</b> |              |          | <b>n</b>           |
| Kurang Baik                           | 44                   | 95.7%    | 2           | 4.3%     | 46           | 100.0%   | 0,010              |
| Baik                                  | 1                    | 50.0%    | 1           | 50.0%    | 2            | 100.0%   |                    |
| Total                                 | 45                   | 93.8%    | 3           | 6.3%     | 48           | 100.0%   |                    |

Dari table 5.9 diatas dapat diketahui minat sarapan pagi kurang baik lebih besar (95,7%) pada anak yang dukungan orang tua tidak baik, dibandingkan dengan yang dukungan orang tua baik (50%) .Dari uji *chi-square* disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan minat sarapan pagi ( $p=0,122$ ) dengan ( $p < 0,05$ ).

## **5.2.Pembahasan**

### **5.2.1. Analisa Univariat**

#### **5.2.1.1. Pengetahuan Orang Tua**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data lebih separoh responden yaitu 93,8% berpengetahuan kurang baik. Jumlah pengetahuan yang kurang baik sebanyak 45 responden dan yang berpengetahuan baik sebanyak 3 responden.

Sebagai orang tua ibu mempunyai peran penting dalam mendidik anak-anaknya, Karena sejak anaknyadi lahirkan ibulah yang selalu disampingnya ,memberi makan ,minum,mengganti pakaian dan sebagainya(Uyoh Sadulloh,dkk : 2011)

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2005).Seorang ibu rumah tangga memiliki peran yang penting dalam menjadikan sarapan sebagai suatu kebiasaan berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki. Menurut Salim dikutip oleh Syah (2008), seorang wanita sebagai ibu rumah tangga memiliki peran utama dalam menanamkan pola hidup atau kebiasaan hidup yang baik kepada anak-anaknya.

### **5.2.1.2. Variasi Menu**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data lebih dari separoh responden yaitu 93,8% variasi menu yang kurang baik. Jumlah variasi menu yang kurang baik sebanyak 45 responden dan yang memiliki variasi menu yang baik sebanyak 3 responden.

Seorang ibu harus mempunyai keterampilan dalam menyediakan makanan, memasak makanan yang beragam, dan dapat mengoleksi menu sarapan dari buku sehingga keluarga, terutama anak cenderung memilih makanan bersemangat dan mau sarapan setiap harinya (Sartika, 2012).

### **5.2.1.3. Keterpaparan Informasi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data lebih dari separoh responden yaitu 77,1% tidak terpapar informasi. Jumlah responden yang terpapar informasi sebanyak 22,9% .Yang kurang baik sebanyak 37 responden dan yang terpapar informasi yang baik sebanyak 11 responden.

Menurut Notoatmodjo (2003) seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang luas. Notoatmodjo (2003) juga menyatakan bahwa media informasi dapat menstimulasi pengetahuan seseorang.

Menurut Marina Yuniar Tanti (2013) seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang luas.

#### **5.2.1.4. Dukungan Orang Tua**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data lebih dari separoh responden yaitu 95,8% tidak ada dukungan. Jumlah responden yang ada dukungan sebanyak 4.2% .Yang tidak ada dukungan sebanyak 46 responden dan yang ada dukungan sebanyak 2 responden.

Penelitian Ramadhani (2014) yang menunjukkan bahwa 59,4 % sarapan di siapkan oleh ibu. Hal serupa di kemukakan oleh pada penelitian Siega et al (1998) anak yang ibunya bekerja memiliki kebiasaan sarapan yang rendah dari pada ibu tidak bekerja. Salah satu yang membentuk kebiasaan sarapan pagi anak adalah lingkungan keluarga peran ibu dalam keluarga, terutama dalam merawat dan mengurus keluarga.

#### **5.2.1.5. Minat Sarapan Pagi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data lebih dari separoh responden yaitu 95,8% minat sarapan pagi tidak baik. Jumlah

responden yang ada dukungan sebanyak 6,3% .Yang tidak ada dukungan sebanyak 45 responden dan yang ada dukungan sebanyak 3 responden.

Dalam penelitian Saidin (2008) dengan sarapan pagi, lambung akan terisi kembali setelah 8-10 jam kosong sehingga kadar gula dalam darah meningkat lagi. Keadaan ini ada hubungannya dengan kerja otak terutama konsentrasi belajar pada pagi hari.

## **5.2.2. Analisa Bivariat**

### **5.2.1.1. Hubungan Pengetahuan Orang Tua dengan Minat Sarapan Pagi**

Berdasarkan hasil dari penelitian diketahui bahwa minat sarapan pagi kurang baik lebih besar yaitu 97,8% pada pengetahuan orang tua tidak baik, dibandingkan dengan pengetahuan orang tua baik (33.3%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu terhadap minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan *Desy Nganji Olindima* (2011) tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kebiasaan memberikan sarapan pada anak sekolah dasar yaitu terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian sarapan pada anak sekolah dasar dengan ( $p = 0,027$ ) ( $<0,05$ ).

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2005). Seorang ibu rumah tangga memiliki peran yang penting dalam menjadikan sarapan sebagai suatu kebiasaan berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki. Menurut Salim dikutip oleh Syah (2008), seorang wanita sebagai ibu rumah tangga memiliki peran utama dalam menanamkan pola hidup atau kebiasaan hidup yang baik kepada anak-anaknya. Cara ibu membimbing dan mengarahkan kepada keluarga tentang sarapan pagi sangat penting sebab ibu merupakan pusat pendidikan pertama dan utama bagi seseorang. Ibu merupakan proses penentu keluarga sarapan atau tidak sarapan. Pendidikan yang diberikan ibu merupakan dasar dan sangat menentukan perkembangan selanjutnya (Reskia dkk, 2014). Oleh karena itu keterkaitan ibu dalam minat sarapan keluarga sangat penting dan ibupun memiliki pengetahuan dan keterampilan sehingga dapat mendidik siswa untuk sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dan sebelum beraktifitas.

Namun, belum tentu ibu yang memiliki pengetahuan tentang sarapan pagi memberikaan dan memperhatikan keluarga untuk sarapan pagi sebelum beraktifitas. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak

didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2005). Seorang ibu rumah tangga memiliki peran yang penting dalam menjadikan sarapan sebagai suatu kebiasaan berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki. Menurut Salim dikutip oleh Syah (2008), seorang wanita sebagai ibu rumah tangga memiliki peran utama dalam menanamkan pola hidup atau kebiasaan hidup yang baik kepada anak-anaknya.

Sarapan sangat lah penting terutama bagi anak karena tubuh anak memerlukan sumber energi, terutama di pagi hari untuk melakukan aktivitas (Cynthia, 2008). Pengetahuan orang tua merupakan salah satu pendorong untuk terbentuknya perilaku sarapan pagi pada anak dari hasil wawancara diketahui pengetahuan ibu yang baik tentang makanan sehat untuk sarapan pagi sedangkan pengetahuan yang paling sering tidak benar adalah pengetahuan tentang prinsip hidup sehat.

#### **5.2.2.2. Hubungan Variasi Menu dengan Minat Sarapan Pagi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data minat sarapan pagi tidak baik lebih besar yaitu 97,8% pada variasi menu yang kurang baik, dibandingkan dengan variasi yang baik (33.3%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variasi menu terhadap minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya.

Seorang ibu harus mempunyai keterampilan dalam menyediakan makanan, memasak makanan yang beragam, dan dapat mengoleksi menu sarapan dari buku sehingga keluarga, terutama anak cenderung memilih makanan bersemangat dan mau sarapan setiap harinya (Sartika, 2012). Cara ibu menghidangkan menu sarapan pagi sangat lah penting sebab ibu merupakan yang paling berpengaruh soal hidangan sarapan. Ibu merupakan penentu dalam menu sarapan pagi untuk keluarga.

Menyediakan variasi menu makanan salah satu cara untuk mengatasi rasa bosan yang mengurangi selera makan, variasi menu yang tersusun oleh kombinasi bahan makanan yang diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hidangan sehat baik secara kualitas dan kuantitas. Dengan jenis makanan yang bervariasi setiap harinya akan meningkatkan minat sarapan pagikhususnya anak yang lagi di jenjang pendidikan.

Namun, tak jarang seorang ibu memasak untuk sarapan anak sesuai dengan keinginan ibu tidak melihat apa yang dibutuhkan anak usia sekolah yang membutuhkan energy cukup untuk mulai beraktifitas.

Variasi menu mempengaruhi minat sarapan anak dapat dilihat bahwa dari 48 responden 93,8% yang tidak menyediakan menu

sarapan yang bervariasi dan yang bervariasi sebanyak 6,3% .Variasi menu merupakan salah satu pendorong untuk meningkatkan minat sarapan pagi pada anak, dari hasil wawancara diketahui variasi menu yang sering tentang menyusun menu untuk sarapan pagi berdasarkan makanan yang disukai anak ,sedangkan variasi menu yang paling jarang adalah memasak sarapan dengan menu seimbang.

### **5.2.2.3. Hubungan Keterpaparan Informasi dengan Minat Sarapan Pagi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data minat sarapan pagi kurang baik lebih besar yaitu 100% pada yang tidak terpapar informasi, dibandingkan dengan yang terpapar informasi yaitu (72.7%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara keterpaparan informasi terhadap minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 Rujukan Lubuk Bouaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan *Desy Nganji Olindima* (2011) tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kebiasaan memberikan sarapan pada anak sekolah dasar yaitu terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian sarapan pada anak sekolah dasar dengan  $p = 0,027 (<0,05)$ .

Menurut Reymond McLeod (2002) informasi adalah data yang sudah diolah menjadi bentuk yang mempunyai arti bagi si penerima

dan bermanfaat dalam pengambilan saat ini atau dimasa mendatang.informasi merupakan pemberitahuan atau kabar berita yang disampaikan baik secara langsung atau tidak langsung yang berguna untuk menambah wawasan atau pengetahuan. Menurut Marina Yuniar Tanti (2013) seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang luas.Oleh karena itu keterkaitan keterpaparan informasi sangatlah penting untuk menambah wawasan atau pengetahuan khususnya tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak usia sekolah dasar.

Namun,belum tentu seseorang yang terpapar informasi akan menjalankan apa yang seharusnya dilakukan.

Keterpaparan informasi sangat berpengaruh,dapat dilihat bahwa dari data lebih dari separoh responden yaitu 48 responden tidak terpapar informasi 77,1% .Jumlah responden yang terpapar informasi sebanyak 22,9%. Informasi merupakan sekumpulan fakta atau data yang diolah untuk menambah pengetahuan tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak usia sekolah untuk terbentuknya perilaku sarapan pagi pada anak dari hasil wawancara diketahui ibu yang terpapar informasi yang jarang adalah tentang ibu tidak ikut sosialisasi pentingnya sarapan pagi.

#### **5.2.2.4. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Minat Sarapan Pagi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh data minat sarapan pagi tidak baik lebih besar yaitu 95,7% pada dukungan yang kurang baik, dibandingkan dengan dukungan yang baik yaitu (50%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu terhadap minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Desy Nganji Olindima (2011) tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kebiasaan memberikan sarapan pada anak sekolah dasar yaitu terdapat hubungan dukungan ibu dengan pemberian sarapan pada anak sekolah dasar dengan  $p = 0,027 (<0,05)$ .

Sarapan juga termasuk dalam dukungan orang tua, sesuai dengan Mustaqimah (2015) faktor yang mempengaruhi kemauan untuk makan pagi bagi anak adalah motivasi. Motivasi dapat berupa motivasi dari dalam maupun dari luar, dari dalam misalnya ketika anak dirumah orangtua memberikan pengertian mengenai pentingnya makan pagi termasuk dalam menyediakan sarapan sehat bagianak.

Dalam penelitian Ramadhani (2014) yang menunjukkan bahwa 59,4 % sarapan di siapkan oleh ibu. Masalah yang sering timbul dalam menyediakan sarapan pagi adalah pengetahuan yang rendah tentang

sikap ibu dalam merancang menu sarapan agar anak tidak merasa bosan.

Dukungan orang tua mempengaruhi minat sarapan anak dapat dilihat bahwa dari 48 responden 95,8% memiliki dukungan kurang baik dan yang memiliki dukungan baik sebanyak 4,2%..Sarapan sangat lah penting terutama bagi anak karena tubuh anak memerlukan sumber energi, terutama di pagi hari untuk melakukan aktivitas (Cyntia, 2008).Oleh karena itu dukungan orang tua sangat berpengaruh terhadap minat sarapan pagi.Orang yang mendapatkan dukungan akan merasa menjadi bagian dari pemberi dukungan (Bobak,2005).Dukungan orang tua adalah sikap,tindakan,dan penerimaan keluarga.Dukungan orang tua merupakan salah satu faktor pendorong untuk terbentuknya perilaku sarapan pagi pada anak dari hasil wawancara diketahui dukungan orang tua yang paling sering adalah mendidik anak selalu sarapan pagi sedangkan dukungan yang paling jarang adalah ibu jarang masak untuk keluarga.

### **5.3.Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dari penelitian ini .Hal ini disebabkan oleh adanya keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini .Pada penelitian ini dalam pengisian kuesioner responden mengisi kuesioner kurang sungguh-sungguh.

## `BAB VI

### PENUTUP

#### **6.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka beberapa kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut :

- 6.1.1. Hasil penelitian ditunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 93.8% pengetahuan ibu kurang baik pada siswa yang minat sarapan pagi tidak baik.
- 6.1.2. Hasil penelitian ditunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 93.8% variasi menu kurang baik pada siswa yang minat sarapan pagi tidak baik.
- 6.1.3. Hasil penelitian ditunjukkan bahwa sebagian responden yaitu 77.1% tidak terpapar informasi pada siswa yang minat sarapan pagi yang tidak baik.
- 6.1.4. Hasil penelitian ditunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 95.8% tidak ada dukungan orang tua untuk meningkatkan minat sarapan pagi pada siswa yang minat sarapan pagi yang tidak baik.
- 6.1.5. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu dengan minat sarapan pagi. Di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya tahun 2019.

6.1.7. Terdapat hubungan yang bermakna antara variasi menu dengan minat sarapan pagi. Di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya tahun 2019.

6.1.6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan orang tua dengan minat sarapan pagi. Di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya tahun 2019.

## **6.2.Saran**

Berdasarkan hasil penelitian,pembahasan dan kesimpulan maka dapat diberikan saran kepada pihak yang berkenaan dengan pengetahuan,variasi menu,keterpaparan informasi dan dukungan orang tua dengan minat sarapan pagi .

1. Orang tua agar dapat mengikuti sosialisasi atau penyuluhan tentang pentingnya sarapan pagi,untuk menambah pengetahuan,lebih banyak lagi dan mengkoleksi buku atau majalah tentang variasi menu sarapan.
2. Agar dapat digunakan dan dikembangkan dan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat mengadakan penelitian tentang minat sarapan pagi SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya .Menjadi masukan kepada pihak sekolah khususnya pada pengajar untuk melaksanakan sosialisasi tentang pentingnya sarapan pagi pada anak usia sekolah bersama orang tua wali murid.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, 2002. Status gizi yang baik dapat dicapai dengan berbagai cara.
- Almatsier S 2004. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia pustaka utama.
- Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif
- A, Sayfah, (2011) Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya Dan Media Masa Dengan Prilaku Gizi Anak Usia Sekolah
- Bobak, (2005). Dukungan yang dirasakan individu dalam . Universitas Sumatera Utara.
- Dahlia Amereta, (2018) Perbedaan Dukungan Orang Tua, Pengetahuan Anak dan Praktik Pemilihan Makanan Jajanan Di SD Full Day School dan SD Non Full Day School (STUDI DI SD AL-BAITUL AMIEN)
- Dewi Cakrawati, 2014. Energi yang dibutuhkan manusia. Energi itu sendiri diperoleh dari bahan pangan yang mengandung zat gizi
- Devi, 2012, Kebutuhan usia anak sekolah. Kebiasaan sarapan pagi sebelum sekolah
- Dirjen Bina Gizi dan KIA, (2011). Tujuan Indonesia sehat untuk mensejahterakan rakyat dalam peningkatan kesehatan termasuk gizi.

Dear ,Apriani Purba,( 2017 ) Faktor Determinan Sarapan Pagi Sekolah Dasar  
Negeri Way Gubag

Fahrul, Rahma,( 2016 ) Hubungan Antara Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar  
Siswa SDN Sawahan Surabaya.

Farida,Ida.2010. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku

Friedman, (2008). Dukungan orang tua,penerimaan terhadap anggota keluarga.

Hardinsyah dan Perdana ,2013,Prevalensi – anak - yang sarapan – diIndonesia.  
Indonesia belum mengonsumsi sarapan sesuai dengan anjuran gizi  
seimbang.

Harper *et al*, (1985). Pengetahuan gizi mempunyai peranan penting dalam  
pembentukan kebiasaan makan seseorang.

Irawati & Fachrurozi 1992 dalam Khomsan *et al*, (2004). pengetahuan gizi  
seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya

Irina Meriska, PerilakuSarapan Pagi Anak Sekolah Dasar

Indiyah Purnamasarai ,( 2013 ) Pengetahuan, Sikap Pada Makanan Pagi Dan Jajan  
Siswa Kelas XI Program Studi Keahlian Tata Boga

Jumarddin La Fua, Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi, Dukungan Orang  
Tua,Fasilitas Sekolah Dengan Prestasi Belajar Siswa DI SD NEGERI 01  
Gunung Sari KEC. Bonegunu KAB

Kadarzi, (2009:6). Sarapan pagi dapat mempertahankan daya tahan.

Kementrian Kesehatan RI.2014.Pedoman Gizi Seimbang.

Lydia Verdiana, Kebiasaan Sarapan Berhubungan Dengan Konsentrasi Belajar.Malang.

Lamtiur Saragi,2015. Hubungan Sarapan Pagi Dengan Aspek Biologis Anak Usia Sekolah

Maudi Trini Kusprasetia, 2016. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Pada Anak Sekolah Dasar.

Merliyana,Puspita.( 2015 ) Hubungan Antara Asupan Energi Dan Protein Dari Sarapan Dengan Prestasi Belajar Siswa.

Mahoney *et al.* 2005. Konsumsi sarapan pada anak memberikan performa belajar yang lebih Soedibyo dan Gunawan (2009).Penelitian prevalensi anak yang tidak biasa sarapan di jakarta .

Notoatmodjo, (2007). . Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior)

Notoatmodjo, 2003).Pengetahuan hasil pengindraan manusia.

Poerwadarminta, (2003). Pengetahuan adalah hal mengenai segala sesuatu yang diketahui.

Ramadhani (2014).Faktor-faktor tentang ketersediaan sarapan pagi.

Sartika,( 2012).Pengetahuan dan ketrampilan ibu,.Seorang ibu harus mempunyai keterampilan dalam menyediakan makanan.

Sediaoetama,(2006). Jenis makanan yang dikonsumsi anak usia sekolah dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu makanan utama dan makanan selingan

Sediaoetama (2000). pengetahuan merupakan hal penting terbentuknya perilaku seseorang.

Shely Rosita Dewi,2013.Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi dan Pola Konsumsi.

Sieg Syilga Cahya Gemily,2015.Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan dan Kualitas Sarapan a et al (1998).Hubungan aktifitas orang tua dengan sarapan pagi anak.

Sukiniarti, 2015. Melewatkan sarapan membuat anak tidak berenergi karena perut kosong sehingga anak menjadi susah untuk memfokuskan pikiran di sekolah.baik saat di sekolah

Tas,Iska,(2018)Hubungan Pengetahuan,Sikap Ibu Dalam Pemberian Makanan Sehat

Wawan dkk, 2010).Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non formal saja.

Wiarto, (2013).Sarapan pagi. merupakan kegiatan rutin di pagi hari yang harus dilakukan guna memenuhi kebutuhan energi di dalam tubuh agar dapat melakukan aktivitas secara optimal.

Yudi ( (2008) dalam Sukiniarti 2015:316) bahwa makan pagi memiliki manfaat dalam memberi energi Dengan Status Gizi Anak Di SDN Bateng Kabupaten Magelang Jawa Tengah

Yuniar Tanti,2013.Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan KebiasaanMakan.Yogyakarta

Yuniar Tanti,2013.Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kebiasaan Makan.Yogyakarta Faktor-faktor Sarapan Pagi

**Lampiran ...**

**KUESIONER**

Identitas Responden :

Umur :

Alamat :

Nama anak :

Jenis Kelamin Anak :

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

**A. KUESIONER PENGETAHUAN**

1. Makanan dan minuman yang mengandung unsur-unsur yang sangat dibutuhkan oleh tubuh yang berhubungan dengan kesehatan disebut ...?

- a. Zat Gizi    b. Protein    c. Nasi    d. Vitamin

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

2. Daging, telur, susu merupakan contoh makanan yang mengandung ...?

- a. Vitamin    b. Lemak    c. Mineral    d. Karbohidrat

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

3. Jam makan yang merupakan cadangan energi terbesar dan tidak boleh dilewatkan adalah ...?

- a. Makan pagi    b. Makan siang    c. Makan malam    d. Tidak tahu

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

4. Anak yang kekurangan protein akan mengalami penyakit sebagai berikut ...?

- a. Beri-beri    b. Busung lapar    c. Sembelit    d. Kurang darah

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

5. Penyakit kurang energi dan protein pada anak disebut ...?

- a. Marasmus-kwasiorkhor    b. Diare    c. Anemia    d. Kurang darah

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

6. Jam berapa waktu sarapan yang benar ?

a.07:00 - 08:00 b.09:00-10:00 c.11:00-12.00 d.12:00-13.00

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

7. Jam berapa ibu siapkan sarapan untuk keluarga...?

a. 07:00 b.08:00 c.10:00 d.tak menentu

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

9.Pemberian makanan pada anak sebaiknya disesuaikan dengan..?

a.usia dan kebutuhan gizi anak b.kesenangan anak

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

c.kesenangan ibu d.umur

10. Apa yang ibu ketahui tentang makanan sehat ?

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

a. Makanan sehat adalah makanan yang mahal.

b. Makanan sehat adalah makanan yang mengandung zat-zat gizi.

c. Makanan sehat adalah makanan yang mengenyangkan.

d. Makanan sehat adalah makanan yang enak rasanya

11.Mengonsumsi makanan yang beranekaragam, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, menjaga berat badan ideal, dan pola hidup aktif, merupakan empat pilar utama dari ...?

a. Prinsip hidup sehat

|       |       |
|-------|-------|
| B = 1 | S = 0 |
|-------|-------|

b. Prinsip gizi seimbang

c. Prinsip makanan seimbang

d. Pola makan seimbang

## B. KETERPAPARAN INFORMASI

1. Pihak sekolah anak ada melaksanakan sosialisasi memberikan informasi tentang pentingnya sarapan pagi pada anak usia sekolah ?

|       |        |       |
|-------|--------|-------|
| Y = 2 | KD = 1 | T = 0 |
|-------|--------|-------|

a. Ya   b. Kadang-kadang   c. Tidak pernah

2. Apakah ibu sering ikut sosialisasi di tentang pentingnya sarapan pagi?

|       |        |       |
|-------|--------|-------|
| Y = 2 | KD = 1 | T = 0 |
|-------|--------|-------|

a. Ya   b. Kadang-kadang   c. Tidak pernah

3. Apakah ibu mengganti variasi menu/hidangan makanan saat sarapan pagi setiap hari?

a. Ya   b. Kadang-kadang   c. Tidak pernah

|       |        |       |
|-------|--------|-------|
| Y = 2 | KD = 1 | T = 0 |
|-------|--------|-------|

### C. DUKUNGAN ORANG TUA

1. Apa ibu memasak untuk sarapan pagi keluarga..?

a. sering   b. kadang-kadang   c. tidak pernah

|       |        |        |
|-------|--------|--------|
| S = 2 | KD = 1 | TP = 0 |
|-------|--------|--------|

2. Apakah orangtua selalu mendidik anak untuk selalu sarapan pagi...?

a. sering   b. kadang-kadang   c. tidak pernah

|       |        |        |
|-------|--------|--------|
| S = 2 | KD = 1 | TP = 0 |
|-------|--------|--------|

### D. VARIASI MENU

1. Apakah ibu menyusun menu untuk anak berdasarkan pada makanan yang anak senangi?

a. sering   b. kadang-kadang   c. tidak pernah

|       |        |        |
|-------|--------|--------|
| S = 0 | KD = 1 | TP = 2 |
|-------|--------|--------|

2. Apakah ibu memasak sarapan dengan menu gizi seimbang (nasi, lauk, sayur dan buah)?

|       |        |        |
|-------|--------|--------|
| S = 2 | KD = 1 | TP = 0 |
|-------|--------|--------|

a. sering   b. kadang-kadang   c. tidak pernah

3. jika anak tidak sempat sarapan apakah ibu membawakan bekal untuk sarapan di sekolah?

a. sering   b. kadang-kadang   c. tidak pernah

|       |       |        |
|-------|-------|--------|
| S = 2 | KD= 1 | TP = 0 |
|-------|-------|--------|

#### E. SARAPAN ANAK

A. Apakah anak ibu sarapan pagi

a. tidak pernah      b. Kadang-kadang      c. Sering      d. Selalu

|        |       |        |        |
|--------|-------|--------|--------|
| TP = 0 | KD= 1 | SR = 2 | SL = 3 |
|--------|-------|--------|--------|

LAMPIRAN

HASIL OLAHAN DATA

ANALISIS UNIVARIAT

**Pengetahuan ibu**

|       |             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | kurang baik | 45        | 93.8    | 93.8          | 93.8               |
|       | baik        | 3         | 6.3     | 6.3           | 100.0              |
|       | Total       | 48        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Variasi menu**

|       |                  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tidak bervariasi | 45        | 93.8    | 93.8          | 93.8               |
|       | bervariasi       | 3         | 6.3     | 6.3           | 100.0              |
|       | Total            | 48        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Keterpaparan Informasi**

|       |                | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tidak terpapar | 37        | 77.1    | 77.1          | 77.1               |
|       | terpapar       | 11        | 22.9    | 22.9          | 100.0              |
|       | Total          | 48        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Dukungan orang tua**

|       |                    | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tidak ada dukungan | 46        | 95.8    | 95.8          | 95.8               |
|       | ada dukungan       | 2         | 4.2     | 4.2           | 100.0              |
|       | Total              | 48        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Anak sarapan**

|       |            | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tidak baik | 45        | 93.8    | 93.8          | 93.8               |
|       | baik       | 3         | 6.3     | 6.3           | 100.0              |
|       | Total      | 48        | 100.0   | 100.0         |                    |

## HASIL OLAHAN DATA

### ANALISIS BIVARIAT

**Case Processing Summary**

|                            | Cases |         |         |         |       |         |
|----------------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|                            | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|                            | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Pengetahuan * Anak sarapan | 48    | 100.0%  | 0       | .0%     | 48    | 100.0%  |

**Pengetahuan \* Anak sarapan Crosstabulation**

|             |             |                      | Anak sarapan |       | Total  |
|-------------|-------------|----------------------|--------------|-------|--------|
|             |             |                      | tidak baik   | baik  |        |
| Pengetahuan | kurang baik | Count                | 44           | 1     | 45     |
|             |             | % within Pengetahuan | 97.8%        | 2.2%  | 100.0% |
|             | baik        | Count                | 1            | 2     | 3      |
|             |             | % within Pengetahuan | 33.3%        | 66.7% | 100.0% |
| Total       |             | Count                | 45           | 3     | 48     |
|             |             | % within Pengetahuan | 93.8%        | 6.3%  | 100.0% |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value               | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
|------------------------------------|---------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 19.935 <sup>a</sup> | 1  | .000                  | .008                 | .008                 |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 10.453              | 1  | .001                  |                      |                      |
| Likelihood Ratio                   | 9.034               | 1  | .003                  |                      |                      |
| Fisher's Exact Test                |                     |    |                       |                      |                      |
| Linear-by-Linear Association       | 19.520              | 1  | .000                  |                      |                      |
| N of Valid Cases                   | 48                  |    |                       |                      |                      |

a. 3 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .19.

b. Computed only for a 2x2 table

**Risk Estimate**

|   | Value  | 95% Confidence Interval |          |
|---|--------|-------------------------|----------|
|   |        | Lower                   | Upper    |
| Odds Ratio for Pengetahuan (kurang baik / baik) | 88.000 | 3.913                   | 1979.038 |
| For cohort Anak sarapan = tidak baik            | 2.933  | .592                    | 14.542   |
| For cohort Anak sarapan = baik                  | .033   | .004                    | .271     |
| N of Valid Cases                                | 48     |                         |          |

**Case Processing Summary**

|                        | Cases |         |         |         |       |         |
|------------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|                        | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|                        | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Variasi * Anak sarapan | 48    | 100.0%  | 0       | .0%     | 48    | 100.0%  |

**Variasi \* Anak sarapan Crosstabulation**

|         |                  |                  | Anak sarapan |       | Total  |
|---------|------------------|------------------|--------------|-------|--------|
|         |                  |                  | tidak baik   | baik  |        |
| Variasi | tidak bervariasi | Count            | 44           | 1     | 45     |
|         |                  | % within Variasi | 97.8%        | 2.2%  | 100.0% |
|         | bervariasi       | Count            | 1            | 2     | 3      |
|         |                  | % within Variasi | 33.3%        | 66.7% | 100.0% |
| Total   |                  | Count            | 45           | 3     | 48     |
|         |                  | % within Variasi | 93.8%        | 6.3%  | 100.0% |

### Chi-Square Tests

|                                    | Value               | Df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
|------------------------------------|---------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 19.935 <sup>a</sup> | 1  | .000                  |                      |                      |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 10.453              | 1  | .001                  |                      |                      |
| Likelihood Ratio                   | 9.034               | 1  | .003                  |                      |                      |
| Fisher's Exact Test                |                     |    |                       | .008                 | .008                 |
| Linear-by-Linear Association       | 19.520              | 1  | .000                  |                      |                      |
| N of Valid Cases                   | 48                  |    |                       |                      |                      |

a. 3 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .19.

b. Computed only for a 2x2 table

### Risk Estimate

|  | Value  | 95% Confidence Interval |          |
|--|--------|-------------------------|----------|
|  |        | Lower                   | Upper    |
| Odds Ratio for Variasi (tidak bervariasi / bervariasi) | 88.000 | 3.913                   | 1979.038 |
| For cohort Anak sarapan = tidak baik                   | 2.933  | .592                    | 14.542   |
| For cohort Anak sarapan = baik                         | .033   | .004                    | .271     |
| N of Valid Cases                                       | 48     |                         |          |

### Case Processing Summary

|  | Cases |         |         |         |       |         |
|--|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|  | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|  | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Keterpaparan informasi *<br>Anak sarapan | 48    | 100.0%  | 0       | .0%     | 48    | 100.0%  |

**Keterpaparan informasi \* Anak sarapan Crosstabulation**

|                        |                |                                 | Anak sarapan |       | Total  |
|------------------------|----------------|---------------------------------|--------------|-------|--------|
|                        |                |                                 | tidak baik   | baik  |        |
| Keterpaparan informasi | tidak terpapar | Count                           | 37           | 0     | 37     |
|                        |                | % within Keterpaparan informasi | 100.0%       | .0%   | 100.0% |
|                        | terpapar       | Count                           | 8            | 3     | 11     |
|                        |                | % within Keterpaparan informasi | 72.7%        | 27.3% | 100.0% |
| Total                  |                | Count                           | 45           | 3     | 48     |
|                        |                | % within Keterpaparan informasi | 93.8%        | 6.3%  | 100.0% |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value               | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
|------------------------------------|---------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 10.764 <sup>a</sup> | 1  | .001                  |                      |                      |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 6.612               | 1  | .010                  |                      |                      |
| Likelihood Ratio                   | 9.553               | 1  | .002                  |                      |                      |
| Fisher's Exact Test                |                     |    |                       | .010                 | .010                 |
| Linear-by-Linear Association       | 10.539              | 1  | .001                  |                      |                      |
| N of Valid Cases                   | 48                  |    |                       |                      |                      |

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .69.

b. Computed only for a 2x2 table

**Risk Estimate**

|                                      | Value | 95% Confidence Interval |       |
|--------------------------------------|-------|-------------------------|-------|
|                                      |       | Lower                   | Upper |
| For cohort Anak sarapan = tidak baik | 1.375 | .958                    | 1.975 |
| N of Valid Cases                     | 48    |                         |       |

**Case Processing Summary**

|                                   | Cases |         |         |         |       |         |
|-----------------------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|                                   | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|                                   | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Dukungan orang tua * Anak sarapan | 48    | 100.0%  | 0       | .0%     | 48    | 100.0%  |

**Dukungan orang tua \* Anak sarapan Crosstabulation**

|                    |                    |                             | Anak sarapan |       | Total  |
|--------------------|--------------------|-----------------------------|--------------|-------|--------|
|                    |                    |                             | tidak baik   | baik  |        |
| Dukungan orang tua | tidak ada dukungan | Count                       | 44           | 2     | 46     |
|                    |                    | % within Dukungan orang tua | 95.7%        | 4.3%  | 100.0% |
|                    | ada dukungan       | Count                       | 1            | 1     | 2      |
|                    |                    | % within Dukungan orang tua | 50.0%        | 50.0% | 100.0% |
| Total              |                    | Count                       | 45           | 3     | 48     |
|                    |                    | % within Dukungan orang tua | 93.8%        | 6.3%  | 100.0% |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value              | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
|------------------------------------|--------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 6.817 <sup>a</sup> | 1  | .009                  |                      |                      |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 1.252              | 1  | .263                  |                      |                      |
| Likelihood Ratio                   | 3.218              | 1  | .073                  |                      |                      |
| Fisher's Exact Test                |                    |    |                       | .122                 | .122                 |
| Linear-by-Linear Association       | 6.675              | 1  | .010                  |                      |                      |
| N of Valid Cases                   | 48                 |    |                       |                      |                      |

a. 3 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .13.

b. Computed only for a 2x2 table

**Risk Estimate**

|   | Value  | 95% Confidence Interval |         |
|---|--------|-------------------------|---------|
|   |        | Lower                   | Upper   |
| Odds Ratio for Dukungan orang tua (tidak ada dukungan / ada dukungan) | 22.000 | .978                    | 494.760 |
| For cohort Anak sarapan = tidak baik                                  | 1.913  | .478                    | 7.660   |
| For cohort Anak sarapan = baik  | .087   | .013                    | .604    |
| N of Valid Cases  | 48     |                         |         |

## DOKUMENTASI







