

KARYA TULIS ILMIAH

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEBIASAAN SARAPAN PAGI DI SEKOLAH SMP ISTIQLAL
DELITUA**



**MARIA SUSANTI Br SEMBIRING
P01031121080**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEBIASAAN SARAPAN PAGI DI SEKOLAH SMP ISTIQLAL
DELITUA**

**Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat
untuk menyelesaikan Program Studi Diploma III di Jurusan
Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



**MARIA SUSANTI Br SEMBIRING
P01031121080**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

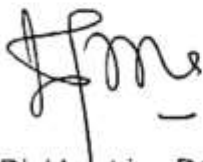
Judul : Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan
Kebiasaan Sarapan Pagi Di Sekolah SMP
Istiqlal Delitua
Nama Mahasiswa : Maria Susanti Br Sembiring
NIM : P01031121080
Program Studi : Diploma II Gizi

Menyetujui
Utama/Ketua Penguji



Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dini Lestrina DCN, M.Kes

Anggota Penguji 1



Dr Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

Anggota Penguji 2

Mengetahui
Ketua Jurusan



Riris Opupusunggu, S.Pd, M.Kes

Nip: 196906231990032001

Tanggal kelulusan : 30 Juli 2024

ABSTRAK

MARIA SUSANTI BR SEMBIRING “FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DI SEKOLAH SMP ISTIQLAL DELITUA” (DIBAWAH BIMBINGAN ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT)

Prevalensi anak remaja yang tidak melakukan sarapan di Indonesia menurut Riskesdas 2018 sebanyak 26,1% hal ini disebabkan karena beberapa faktor antara lain pengetahuan gizi, sikap, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, dan ketersediaan sarapan di rumah.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan pagi di sekolah SMP Istiqlal Delitua.

Penelitian ini dilakukan di SMP Istiqlal Delitua. Waktu penelitian dilakukan dari bulan Oktober 2023 - april 2024. Jenis penelitian bersifat deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswa/i kelas 7 dan 8 di SMP Istiqlal Delitua yang berjumlah 212 orang dan sampel 68 orang dengan menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data ini menggunakan instrumen kuesioner. Uji dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Dari hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan kebiasaan sarapan terdapat 48.5% anak tidak pernah melakukan kebiasaan sarapan, 45.6% anak memiliki pengetahuan yang cukup, 70,6% memiliki sikap baik, 61,8% ibu memiliki pendidikan terakhir sedang, dan 80,9% ibu tidak bekerja. Hasil penelitian uji statistik dengan menggunakan uji *Uji-Square*. faktor- faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan adalah ketersediaan sarapan yang diperoleh $p=0.026$. Sedangkan faktor faktor yang tidak berhubungan dengan kebiasaan sarapan yaitu pengetahuan gizi ($p=0.122$) sikap ($p=0.759$), pendidikan terakhir ibu ($p=0.136$), dan pekerjaan ibu ($p=0.456$).

Kesimpulan penelitian ini bahwa faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan adalah ketersediaan sarapan di rumah.

Kata Kunci : Sarapan pagi, faktor-faktor yang berhubungan.

ABSTRACT

MARIA SUSANTI BR SEMBIRING "FACTORS RELATED TO BREAKFAST HABITS AT SMP ISTIQLAL DELITUA " (CONSULTANT: ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT)

The prevalence of adolescents who do not have breakfast in Indonesia according to the 2018 *Riskesdas* was 26.1%, this is due to several factors including nutritional knowledge, attitudes, maternal education, maternal occupation, and the availability of breakfast at home.

The purpose of this study was to determine the factors related to breakfast habits at SMP Istiqlal Delitua.

This study was conducted at SMP Istiqlal Delitua. The study period was from October 2023 to April 2024. The type of research was descriptive correlational with a cross-sectional approach. The population of this study was 212 students in grades 7 and 8 at SMP Istiqlal Delitua and a sample of 68 people using a simple random sampling technique. This data collection used a questionnaire instrument. The test was carried out using the Chi-Square statistical test.

From the results of the frequency distribution study based on breakfast habits, there were 48.5% of children who never had breakfast, 45.6% of children had sufficient knowledge, 70.6% had good attitudes, 61.8% of mothers had a moderate education, and 80.9% of mothers did not work. The results of the statistical test study using the Chi-Square test. factors related to breakfast habits were the availability of breakfast obtained $p = 0.026$. Factors that are not related to breakfast habits are nutritional knowledge ($p = 0.122$), attitude ($p = 0.759$), mother's last education ($p = 0.136$), and mother's occupation ($p = 0.456$).

This study concludes that the factor related to breakfast habits is the availability of breakfast at home.

Keywords: Breakfast, Related Factors.



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Sarapan Pagi di Sekolah SMP Istiqlal Delitua”. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada:

1. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan, nasehat, arahan, dan motivasi dalam karya tulis ilmiah.
2. Ibu Riris Oppusunggu. S.Pd, M.Kes selaku ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan
3. Ibu Dini Lestrina DCN, M.Kes selaku dosen penguji 1 dan Ibu Dr Rina Dorian, SKM, M.Kes selaku dosen penguji 2 saya yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis untuk perbaikan dan penyempurnaan karya tulis ilmiah ini.
4. Bapak Sopan Sembiring dan Ibu Nana Rosianti Br Tarigan, beserta adik saya Perdinanta Pandia dan keluarga besar saya yang selalu memberikan doa, motivasi, dukungan, dan semangat kepada saya agar penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu.
5. Sahabat serta teman saya yang setia mendukung, memotivasi, membantu dan memberikan semangat kepada saya agar penelitian ini selesai pada waktunya.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak didapatkan kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif untuk dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Sarapan Pagi.....	5
B. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Sarapan Pagi pada Anak Remaja	9
C. Kerangka Konsep.....	11
D. Definisi Operasional	12
BAB III METODE PENELITIAN	15
A. Lokasi Penelitian	15
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	15
C. Populasi dan Sampel.....	15
E. Pengolahan dan Analisis Data	18
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	21
B. Karakteristik Sampel.....	21
C. Hasil Penelitian.....	23
D. Hubungan Dengan Faktor-Faktor Yang Diteliti	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Hasil Proporsi Sampel per Kelas.....	17
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kelas	21
Tabel 3 Distribusi Frekuensi sampel berdasarkan Jenis kelamin.....	22
Tabel 4 Distribusi Frekuensi sampel berdasarkan umur	23
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Sampel berdasarkan Kebiasaan sarapan ...	23
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Gizi pada Anak	24
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Sikap	25
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu	26
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Pekerjaan Ibu	27
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Ketersediaan Sarapan di Rumah	27
Tabel 11 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Sarapan	29
Tabel 12 Hubungan Sikap dengan Kebiasaan Sarapan	31
Tabel 13 Hubungan Pendidikan Terakhir Ibu Dengan Kebiasaan Sarapan	32
Tabel 14 Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan	34
Tabel 15 Hubungan Ketersediaan Sarapan Di Rumah Dengan Kebiasaan Sarapan	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	15
Gambar 2. Definisi Operasional	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	42
Lampiran 2 Surat Balasan izin Penelitian.....	43
Lampiran 3 Surat Ethical Clearance	44
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian	45
Lampiran 5 dokumentasi Penelitian	51
Lampiran 6 Master Data Penelitian	52
Lampiran 7 Hasil Output	53
Lampiran 8 Bukti Bimbingan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Anggaran Biiaya.....	60
Lampiran 10 Pernyataan Keaslian KTI.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup	Error! Bookmark not defined.