

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Gizi Anak Sekolah

1. Pengertian Status Gizi

Gizi baik merupakan salah satu faktor terpenting dalam mempertahankan hidup, menjaga kesehatan, serta perkembangan di masa kini dan generasi yang akan datang, gizi pada individu dapat dilihat melalui status gizi (Hanim, 2022).

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya (Par'i, 2017).

Status gizi merupakan gambaran ukuran terpenuhinya kebutuhan gizi yang diperoleh dari asupan dan penggunaan zat gizi oleh tubuh. Penilaian status gizi dengan menggunakan data antropometri antara lain berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) (Hardinsyah & Supariasa, 2017).

Status gizi dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu status gizi kurang, gizi normal dan gizi lebih. Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan sesuai dengan kebutuhan seseorang. Status gizi kurang atau *undernutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit daripada energi yang dikeluarkan. Hal ini diakibatkan karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu. Status gizi lebih atau *overnutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan (Kartini, 2019).

Pengukuran status gizi seseorang yaitu dengan menggunakan indeks massa tubuh (IMT). IMT dihitung dengan cara pembagian berat badan (kg) dengan tinggi badan (m) dipangkat dua, adapun rumus yang digunakan untuk mengukur indeks massa tubuh sebagai berikut :

$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{TB \text{ (m)}^2}$$

Ambang batas indeks massa tubuh di Indonesia yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2018, yaitu :

Tabel 1. Kategori Indeks Massa Tubuh

Kategori		IMT
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	<17
	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0 - 18,5
Normal		>18,5 - 25,0
Gemuk	Kelebihan berat badan tingkat ringan	>25,0 - 27,0
	Kelebihan berat badan tingkat berat	>27,0

(Sumber : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018)

2. Pengertian Anak Usia Sekolah

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

Anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua.

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi tahun 2019, diketahui bahwa kebutuhan gizi untuk anak sekolah dasar adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Angka Kecukupan Gizi

Usia (tahun)	BB (kg)	TB (cm)	Energi (kkal)	Karbohidrat (g)	Protein (g)	Lemak (g)
4-6	19	113	1400	220	25	50
7-9	27	130	1650	250	40	55
10-12 (laki-laki)	36	145	2000	300	50	65
10-12 (perempuan)	38	147	1900	280	55	65

Sumber : (Angka Kecukupan Gizi Anak usia 4-12 tahun berdasarkan AKG 2019)

3. Status Gizi Anak Sekolah

Anak usia sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami masalah gizi, yaitu kegemukan, obesitas dan status gizi kurus.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi status gizi pada anak usia 5-12 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh/Umur (IMT/U) adalah 9,2% terdiri dari 2,4% sangat kurus dan 6,8% kurus. Sementara untuk masalah gemuk pada anak usia 5-12 tahun masih tinggi yaitu 20% terdiri dari gemuk 15,3% dan sangat gemuk (obesitas) 15,3% (Lestari, 2021).

Pengukuran status gizi pada siswa diukur dengan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) yang kemudian dibandingkan dengan standar deviasi (SD). Berikut adalah kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan IMT/U anak umur 5-18 tahun menurut Kemenkes RI (2020) yaitu :

Tabel 3. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan IMT/U

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun	Gizi buruk (<i>severely thinnes</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>thinness</i>)	-3 SD s/d <-2 SD
	Gizi baik (Normal)	-2 SD s/d +1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD s/d +2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+2 SD

(Sumber : PMK No.2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak)

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak

Menurut UNICEF ada 3 penyebab gizi buruk pada anak yaitu penyebab langsung, penyebab tidak langsung dan penyebab mendasar. Terdapat dua penyebab langsung gizi buruk, yaitu asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. Kurangnya asupan gizi dapat disebabkan karena terbatasnya jumlah asupan makanan yang dikonsumsi atau makanan yang tidak memenuhi unsur gizi yang dibutuhkan. Sedangkan infeksi menyebabkan rusaknya beberapa fungsi organ tubuh sehingga tidak bisa menyerap zat-zat makanan secara baik (Majestika, 2018).

Penyebab tidak langsung gizi buruk yaitu tidak cukup pangan, pola asuh yang tidak memadai, dan sanitasi, air bersih/pelayanan kesehatan dasar yang tidak memadai. Penyebab mendasar atau akar masalah gizi buruk adalah terjadinya krisis ekonomi, politik dan sosial termasuk bencana alam, yang mempengaruhi ketersediaan pangan, pola asuh dalam keluarga dan pelayanan kesehatan serta sanitasi yang memadai, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi anak (Majestika, 2018).

Masalah gizi yang sering ditemui pada anak sekolah yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain :

a. Asupan

Makanan merupakan kebutuhan dasar dalam kehidupan dan sumber energi manusia yang digunakan untuk melakukan aktivitasnya. Asupan

zat gizi yang seimbang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan seseorang (Adriani dan Wirjatmadi, 2016). Asupan makanan yang tidak seimbang pada anak sekolah dapat mempengaruhi status gizinya (Lani, 2017).

b. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi, dimana pengetahuan gizi mempengaruhi kebiasaan makan dan perilaku makan seseorang (Dewi dan Kartini, 2017).

c. Pola Makan Keluarga

Pola makan keluarga bisa menjadi ceminan kebiasaan makan di keluarga, sehingga dalam hal ini peran ibu sangat berpengaruh. Apabila pola makan keluarga kurang baik maka akan berpengaruh terhadap status gizi anak tersebut (Lani, 2017).

B. Perilaku

1. Pengertian Perilaku

Perilaku merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dalam dirinya (Notoatmodjo, 2012). Perilaku merupakan suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak.

2. Jenis-jenis Perilaku

Jenis-jenis perilaku individu menurut (Okviana, 2015) :

- a. Perilaku sadar, perilaku yang melalui kerja otak dan pusat susunan saraf,
- b. Perilaku tak sadar, perilaku yang spontan atau instingtif,
- c. Perilaku tampak dan tidak tampak,
- d. Perilaku sederhana dan kompleks,
- e. Perilaku kognitif, efektif, konatif, dan psikomotor.

3. Bentuk-bentuk Perilaku

Menurut (Notoatmodjo, 2012), dilihat dari bentuk respons terhadap stimulus, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua :

a. Perilaku tertutup / Bentuk pasif (*covert behavior*)

Respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup. Respons atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran dan sikap pada seseorang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

b. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik, yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat orang lain.

C. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan pendengaran (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan merupakan domain yang paling penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, maka dari itu perilaku yang didasari dengan pengetahuan dan kesadaran akan bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari ilmu pengetahuan dan kesadaran.

2. Tingkatan Pengetahuan

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk

mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan

pada suatu kriteria yang telah ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria yang telah ada.

D. Sikap (*Attitude*)

1. Pengertian Sikap

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau objek, baik yang bersifat intern maupun ekstern sehingga manifestasinya tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup tersebut. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung, melalui pendapat atau pertanyaan responden terhadap suatu objek secara tidak langsung dilakukan dengan pertanyaan hipotesis, kemudian dinyatakan pendapat responden.

2. Tingkatan Sikap

- a. Menerima (*receiving*). Diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).
- b. Merespon (*responding*). Memberikan jawaban bila ditanya, mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap.
- c. Menghargai (*valuing*). Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah indikasi sikap tingkat tiga.
- d. Bertanggung jawab (*responsibility*). Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

E. Tindakan (*Practice*)

1. Pengertian Tindakan

Tindakan adalah realisasi dari pengetahuan dan sikap suatu perbuatan nyata. Tindakan juga merupakan respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk nyata atau terbuka. Menurut (Notoatmodjo, 2012), tindakan adalah gerakan atau perbuatan dari tubuh setelah mendapat rangsangan ataupun adaptasi dari dalam maupun luar tubuh suatu lingkungan. Tindakan seseorang terhadap stimulus tertentu akan banyak

ditentukan oleh bagaimana kepercayaan dan perasaannya terhadap stimulus tersebut.

2. Tingkatan Tindakan

- a. Persepsi (*Perception*), mengenal dan memiliki berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang diambil.
- b. Respon terpimpin (*Guided Response*), dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar.
- c. Mekanisme (*Mechanism*), apabila seseorang yang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis atau sesuatu itu merupakan kebiasaan.
- d. Adaptasi (*Adaptation*), adalah suatu praktek atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik, artinya tindakan itu sudah dimodifikasi tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut.

F. Sarapan Pagi

1. Pengertian Sarapan Pagi

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai pukul 09.00 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif makan makanan di waktu pagi hari yang dapat menunjang kemampuan berpikir dan melakukan aktivitas fisik secara optimal serta mencegah kekurangan atau kelebihan gizi (P. Astuti & Utami, 2017).

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 pagi untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif (Kementerian Kesehatan RI., 2014) Manusia membutuhkan sarapan pagi, karena dalam sarapan pagi diharapkan dapat memenuhi kecukupan energi yang diperlukan untuk jam pertama beraktivitas

Sarapan sehat setiap pagi dapat diwujudkan dengan bangun pagi, mempersiapkan dan mengonsumsi makanan dan minuman pagi sebelum melakukan aktivitas harian. Sarapan yang baik terdiri dari pangan

karbohidrat, pangan lauk-pauk, sayuran atau buah-buahan dan minuman. Bagi orang yang tidak biasa makan kudapan pagi dan kudapan siang, porsi makanan saat sarapan sekitar $\frac{1}{3}$ dari total makanan sehari. Bagi orang yang biasa makan kudapan pagi dan kudapan siang, jumlah porsi makanan sarapan sebaiknya $\frac{1}{4}$ dari makanan harian (Kementerian Kesehatan RI., 2014)

Sarapan pagi termasuk dalam 13 Pedoman Umum Gizi Seimbang yaitu makanan yang dimakan pada pagi hari sebelum beraktivitas. Sarapan hanya memenuhi kebutuhan sehari-hari yaitu sekitar 300-500 kalori. Sarapan pagi adalah sarapan yang bergizi mengandung karbohidrat, protein, tinggi serat dan rendah lemak (Hartoyo, 2015)

Dalam sistem pencernaan tubuh, makanan yang dibutuhkan tidak bisa sekaligus disediakan tetapi dibagi dalam 3 kali waktu makan yaitu makan pagi atau sarapan, makan siang dan makan malam. Diantara 3 kali waktu makan, sarapan pagi yang paling penting karena sarapan diperlukan untuk mengaktifkan daya kerja tubuh dan tidak mudah lelah. Tanpa sarapan yang cukup, otak akan sulit berkonsentrasi pada saat proses belajar mengajar di sekolah (Lasidi, 2018).

Dalam melakukan makan pagi atau sarapan sebaiknya dipenuhi kebutuhan zat gizi bukan hanya karbohidrat saja tetapi juga protein, vitamin, dan mineral. Porsi kecil disediakan untuk makan pagi karena jumlah yang disediakan cukup 20-25% dari kebutuhan sehari.

Anak usia sekolah memiliki pertumbuhan yang cepat dan aktif secara fisik, sehingga membutuhkan lebih banyak energi dan protein. Namun, anak usia sekolah dasar rentan mengalami kekurangan protein dan energi akibat tidak sarapan pagi sebelum ke sekolah.

Sarapan pada anak usia sekolah sebaiknya dilakukan pada jam 06.00 atau sebelum jam 07.00 yaitu sebelum terjadi hipoglikemia atau kadar gula darah sangat rendah. Menu yang disediakan sangat bervariasi selain sumber karbohidrat yang berupa nasi, mie, roti, umbi juga sumber protein seperti telur, tempe, olahan daging atau ikan, sayuran dan buah.

Melewatkan sarapan pagi menyebabkan defisit zat gizi dan tidak dapat diganti asupan gizi melalui waktu makan yang lain. Melewatkan sarapan pagi pada anak-anak dipengaruhi oleh nafsu makan yang kurang dan berpengaruh terhadap jadwal makan berikutnya sehingga asupan energi harian berkurang. Asupan gizi yang kurang dan tidak seimbang ini dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan dan menurunkan status gizi anak.

2. Fungsi dan Manfaat Sarapan

a. Fungsi Sarapan

Fungsi sarapan pagi bagi tubuh yakni sebagai pemberi pasokan energi dan sumber tenaga untuk melakukan segala kegiatan, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta mengatur proses tubuh (Hartoyo, 2015).

Menurut Almatsier (2007), sarapan pagi yang mengacu pada gizi seimbang dengan pemberian makanan memenuhi zat-zat sebagai berikut :

- 1) Sumber zat energi/tenaga seperti padi-padian, tepung-tepungan, umbi-umbian, sagu, dan pisang.
- 2) Sumber zat pengatur seperti sayuran dan buah-buahan.
- 3) Sumber zat pembangun seperti ikan, ayam, telur, daging, susu, kacang-kacangan dan hasil olahannya (tempe, tahu, oncom)

b. Manfaat Sarapan Pagi

Sarapan banyak sekali mengandung manfaat, diantaranya untuk memelihara ketahanan tubuh agar dapat bekerja atau belajar dengan baik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran, serta membantu mencukupi zat gizi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan para ahli, ternyata sarapan pagi berdampak besar terhadap kesehatan dan produktivitas kerja, bahkan pada anak-anak kebiasaan sarapan pagi dapat menambah kecerdasan akademik dan kemampuan psikososial (Hartoyo et al., 2015).

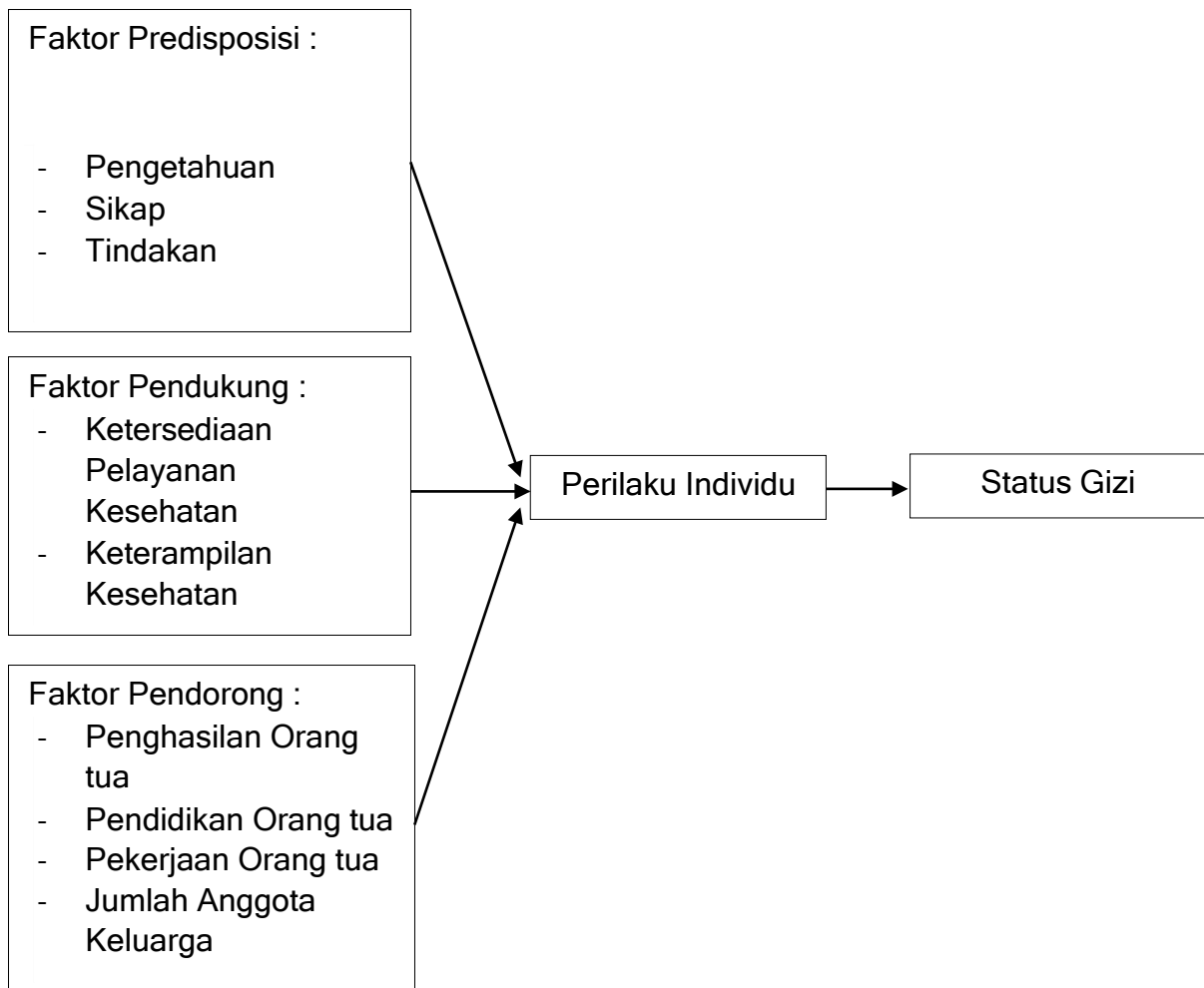
Sarapan pagi merupakan sumber energi untuk otak yang paling baik untuk meningkatkan daya ingat dan konsentrasi saat belajar di sekolah. Sarapan pagi berperan penting pada usia anak sekolah untuk pemenuhan gizi di pagi hari dan dapat mengembalikan fungsi metabolisme tubuh (Mawarni, 2018).

Sarapan bermanfaat dalam mencegah hipoglikemia, menstabilkan glukosa darah, dan mencegah dehidrasi setelah berpuasa sepanjang malam. Seorang yang melewatkan sarapan dikaitkan dengan tingkat penurunan perhatian, kelelahan, sakit kepala dan mengantuk (Duarsa et al., 2019).

Sarapan dapat memperbaiki kualitas secara keseluruhan dan asupan gizi pada anak. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa melewatkan sarapan merupakan faktor terjadinya overweight dan obesitas pada anak dan dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan mental anak (Giyani, 2019).

Menurut Undang-Undang No.36 Tahun 2009 tentang kesehatan, sarapan pagi merupakan salah satu perilaku penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Menunda bahkan mengabaikan sarapan masih sering dilakukan masyarakat termasuk anak-anak (Hartoyo et al., 2015).

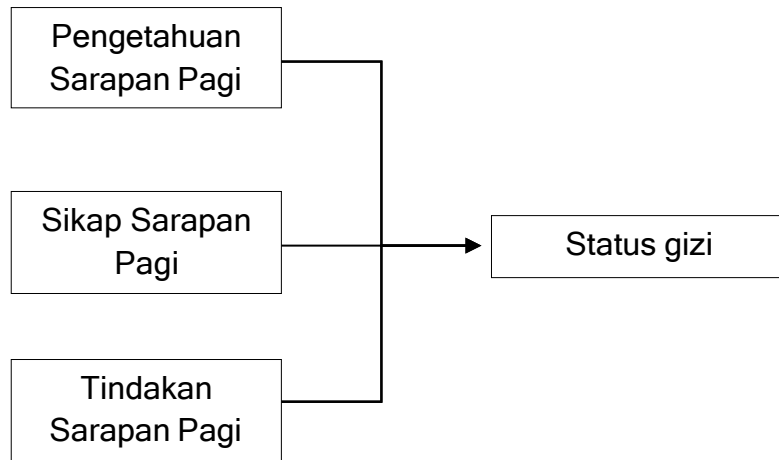
G. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian

Sumber : (Teori Lawrence Green dalam Buku Promosi dan Perilaku Kesehatan, 2021)

H. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

I. Definisi Operasional

Tabel 4. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasioanl	Skala Ukur
1.	Status Gizi	Keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan tubuh untuk metabolisme. Hasil pengukuran antropometri berat badan (BB) menggunakan timbangan injak dan tinggi badan (TB) menggunakan stadiometer, yang hasilnya dinyatakan dengan nilai IMT/U berdasarkan nilai Z-Score yatu : 1. Gizi kurang <-3 SD s/d -2 SD 2. Gizi baik -2 SD s/d $+1$ SD 3. Gizi lebih $+1$ SD s/d $<+2$ SD (PMK No.2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak)	Ordinal
2.	Pengetahuan Sarapan Pagi	Segala sesuatu yang diketahui siswa tentang sarapan pagi meliputi manfaat, akibat jika tidak sarapan pagi, contoh jenis makanan yang dianjurkan untuk sarapan pagi, dan pemilihan makanan sarapan pagi, isi sarapan pagi dan keragaman sarapan pagi (Ali Khomsan, 2006). Dilakukan menggunakan teknik wawancara dengan kuesioner. Dikategorikan menjadi 2 yaitu : a. Baik apabila skor ≥ 7 b. Tidak baik apabila skor < 6	Ordinal
3.	Sikap Sarapan Pagi	Tanggapan siswa tentang sarapan pagi meliputi manfaat, akibat jika tidak sarapan	Ordinal

		pagi, contoh jenis makanan yang dianjurkan untuk sarapan pagi, dan pemilihan makanan sarapan pagi. Dilakukan menggunakan teknik wawancara dengan kuesioner. Dikategorikan menjadi 2 yaitu : a. Baik, jika jawaban $\geq 25 - 40$ b. Tidak baik, jika jawaban $< 10 - 25$	
4.	Tindakan Sarapan Pagi	Apa yang dilakukan siswa untuk sarapan pagi meliputi menyegerakan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dengan memenuhi kriteria asupan yang dianjurkan, membawa bekal sarapan dari rumah, dan membeli sarapan pagi di sekolah berdasarkan pemilihan makanan sarapan pagi yang tepat (Arikunto,2006). Dilakukan menggunakan teknik wawancara dengan kuesioner. Total keseluruhan skor yaitu : a. Baik, jika jawaban $\geq 45 - 75$ b. Kurang, jika jawaban $< 15 - 45$	Ordinal

J. Hipotesis

- Ho₁ : Tidak ada hubungan pengetahuan sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.
- Ho₂ : Tidak ada hubungan sikap sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.
- Ho₃ : Tidak ada hubungan tindakan sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.
- Ha₁ : Ada hubungan pengetahuan sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.
- Ha₂ : Ada hubungan sikap sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.
- Ha₃ : Ada hubungan tindakan sarapan pagi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Negeri 066053 Medan Denai.