

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG**  
**JURUSAN GIZI**  
**Tugas Akhir, 2023**

Revita Risty Isnaini

Gambaran Pengetahuan, Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi pada Anak Kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023

xiii + 61 halaman + 9 tabel + 8 lampiran

**ABSTRAK**

Anak sekolah merupakan anak usia 6-12 tahun merupakan kelompok yang rawan mengalami gizi kurang. Salah satu penyebabnya yaitu asupan makanan yang kurang. Sarapan sangat penting untuk anak SD karena dengan sarapan maka kebutuhan asupan zat gizi untuk aktivitas mereka saat di sekolah dapat terpenuhi, dan masa pertumbuhannya tidak terganggu. Berdasarkan Riskesdas (2018) didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut (IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi kurus 9,3% terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran status gizi, pengetahuan, dan kebiasaan sarapan pagi pada anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023.

Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif untuk mengetahui gambaran pengetahuan, kebiasaan sarapan pagi dan status gizi pada anak kelas 5-6 di SD N 2 Kotagajah. Populasi dalam penelitian ini kelas 5 dan 6. Sampel pada penelitian ini adalah total populasi sebanyak 53 anak kelas 5 dan 6 di SD N 2 Kotagajah. Lokasi penelitian dilaksanakan di SD N 2 Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah. Data diperoleh melalui wawancara, kuisioner, dan pengukuran antropometri meliputi tinggi badan dan berat badan anak.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan tentang sarapan pagi dengan tingkat pengetahuan cukup (52,8%), kebiasaan sarapan pagi dengan frekuensi jarang sarapan pagi (49,1%), dan status gizi gizi baik (52,8%).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan pihak sekolah melakukan kerja sama dengan puskesmas melakukan edukasi kepada siswa dan orang tua siswa tentang pentingnya sarapan pagi dan melakukan pemantauan status gizi secara berkala. Pihak sekolah juga dapat melakukan kegiatan sarapan pagi bersama di sekolah.

Kata Kunci : pengetahuan, kebiasaan sarapan pagi, status gizi

Daftar Bacaan : 61 (2000-2021)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNG KARANG**  
**NUTRITION DEPARTEMENT**  
**Final Project, 2023**

Revita Risty Isnaini

*Overview of Knowledge, Breakfast Habits and Nutritional Status in fifth-sixth Graders Children at SD N 2 Kotagajah, Central Lampung Regency in 2023*

xiii + 61 pages + 9 tables + 8 appendices

**ABSTRACT**

*School children are children aged 6-12 years who are a group that is prone to malnutrition. One of the reasons is inadequate food intake. Breakfast is very important for elementary school children because with breakfast, they can meet their needs for nutrient intake for their activities while at school, and their growth period is not disturbed. Based on Riskesdas (2018) the nutritional status of children 5-12 years according to (BMI/U) in Indonesia, namely the prevalence of wasting 9.3% consists of 2.5% being very thin and 6.8% being underweight. The problem of obesity in children in Indonesia is still high with a prevalence of 20.6%, consisting of 11.1% overweight and 9.5% very obese (obese). The purpose of this study was to describe the nutritional status, knowledge, and breakfast habits of children in grades 5-6 at SD N 2 Kotagajah, Central Lampung Regency, in 2023.*

*This type of research is descriptive research to describe knowledge, breakfast habits and nutritional status in children in grades 5-6 at SD N 2 Kotagajah. The population in this study was grades 5 and 6. The sample in this study was a total population of 53 children in grades 5 and 6 at SD N 2 Kotagajah. The research location was carried out at SD N 2 Kotagajah, Central Lampung Regency. Data were obtained through interviews, questionnaires, and anthropometric measurements including children's height and weight.*

*The results showed that the level of knowledge about breakfast was adequate (52.8%), breakfast habits were rare (49.1%), and good nutritional status (52.8%).*

*Based on the results of this study, it is hoped that the school will cooperate with the puskesmas to educate students and parents about the importance of breakfast and monitor nutritional status regularly. The school can also carry out breakfast activities together at school.*

*Keywords : knowledge, breakfast habits, nutritional status*

*Reading list : 61 (2000-2021)*