

# **POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG**

## **JURUSAN GIZI**

**Tugas Akhir, Mei 2024**

Twindy Utari

Gambaran Status Gizi Dan Faktor Penyebab Tidak Sarapan Pagi Pada Anak Sekolah Kelas 4-5 Di SDN 2 Kotagajah

xiii + 55 halaman + 15 tabel + 3 gambar + 14 lampiran

### **ABSTRAK**

Anak sekolah dasar adalah anak usia 6-12 tahun. Anak usia sekolah merupakan usia yang memerlukan pelayanan gizi dan kesehatan khusus. Membiasakan anak sekolah untuk makan pagi adalah salah satu cara untuk mengatasi masalah gizi. Makan pagi atau sarapan membantu meningkatkan ketahanan tubuh dan meningkatkan konsentrasi belajar karena memberi energi dan gizi yang diperlukan untuk melakukan berbagai aktivitas sepanjang hari, seperti bersekolah, belajar, dan bermain.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi dan faktor penyebab tidak sarapan pagi pada anak sekolah kelas 4-5 di SDN 2 Kotagajah. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada bulan desember 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak sekolah kelas 4-5 yang tidak dan jarang sarapan pagi di SDN 2 Kotagajah. Lokasi penelitian ini di SDN 2 Kotagajah. Analisis data yang digunakan penelitian ini yaitu analisis univariat. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner frekuensi kebiasaan sarapan, ketersediaan sarapan, selera makan dan ketersediaan waktu sarapan.

Hasil penelitian diketahui bahwa status gizi dengan kategori gizi kurang (26,2%), gizi baik (59,5%), gizi lebih (7,1%), obesitas (7,1%). Pengetahuan sarapan pagi kategori kurang baik (73,8%), kategori baik (26,2%). Frekuensi kebiasaan sarapan pagi kategori sering (73,8%), kategori jarang (26,2%). Ketersediaan sarapan kategori sering (73,8%), kategori jarang (26,2%). Selera makan kategori sedang (26,2%), kategori sering (73,8%). Ketersediaan waktu sarapan kategori cukup (78,6%), kategori tidak cukup (21,4%). Alasan tidak sarapan kategori tidak sempat dan takut terlambat (34,6%), kategori malas makan (15,4%), kategori tidak suka sarapan (3,8%), kategori ibu tidak masak (30,8%), kategori jika sarapan sakit perut dan muntah (15,4%). Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang diberikan adalah sekolah dapat menghimbau agar anak-anak sarapan terlebih dahulu dan sekolah juga dapat melakukan kegiatan sarapan pagi bersama agar anak tidak malas jika melakukan sarapan pagi bersama teman-temannya.

Kata kunci : anak sekolah, status gizi, penyebab tidak sarapan pagi

Daftar bacaan : 44 (2014-2024)

**TANJUNGPURONG HEALTH POLYTECHNIC**  
**NUTRITION DEPARTMENT**  
**Final Project, Mei 2024**

Twindy Utari

Description of Nutritional Status and Factors Causing Not Breakfast in Grade 4-5  
School Children at SDN 2 Kotagajah

xiii + 55 pages + 15 tables + 3 figures + 14 appendices

**ABSTRACT**

Elementary school children are children aged 6-12 years. School-age children are an age that requires special nutrition and health services. Getting school children used to eating breakfast is one way to overcome nutritional problems. Eating breakfast helps increase body resistance and improve concentration in learning because it provides the energy and nutrition needed to carry out various activities throughout the day, such as going to school, studying, and playing.

This study aims to determine the nutritional status and factors causing not breakfast in school children in grades 4-5 at SDN 2 Kotagajah. The type of research used is descriptive research. This research was conducted in December 2023. The population in this study were all school children in grades 4-5 who did not and rarely had breakfast at SDN 2 Kotagajah. The location of this research is SDN 2 Kotagajah. The data analysis used in this research is univariate analysis. The data collection method uses a questionnaire on the frequency of breakfast habits, availability of breakfast, appetite and availability of breakfast time.

The research results showed that nutritional status was in the categories of undernutrition (26.2%), good nutrition (59.5%), overnutrition (7.1%), obesity (7.1%). Breakfast knowledge is in the poor category (73.8%), good category (26.2%). Frequency of breakfast habits in the frequent category (73.8%), infrequent category (26.2%). Availability of breakfast in the frequent category (73.8%), infrequent category (26.2%). Appetite is moderate category (26.2%), frequent category (73.8%). Availability of breakfast time in sufficient category (78.6%), insufficient category (21.4%). Reasons for not having breakfast include not having time and being afraid of being late (34.6%), lazy eating category (15.4%), not liking breakfast category (3.8%), mother not cooking category (30.8%), if category breakfast stomach ache and vomiting (15.4%). Based on the research results, the advice given is that schools can encourage children to have breakfast first and schools can also carry out breakfast activities together so that children are not lazy when having breakfast with their friends.

Keywords: school children, causes of not eating breakfast, nutritional status  
Reading list: 44 (2014-2024)