

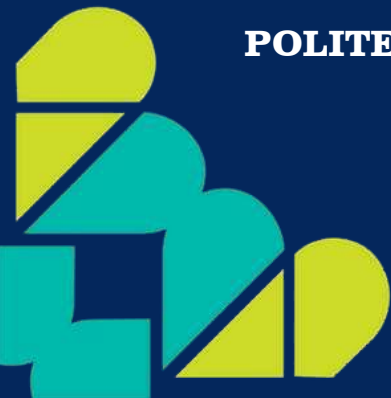
LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN KEBIASAAN SARAPAN DAN
STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DI SDN
2 SILUMAN KOTA TASIKMALAYA**

SYIFA ZAHRA FUJI
NIM. P2.06.31.1.22.038

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA KEMENTERIAN
KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat dan hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya”.

Laporan Tugas Akhir ini bisa terselesaikan berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP., MP. Selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Marianawati Saragih, S.ST., M.Gizi. selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir.
4. Seluruh staf dosen dan tenaga kependidikan Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
5. Ibu, Bapak, Adik dan Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan, moril, materi serta doa sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Lucky Maulana, terima kasih banyak telah menjadi bagian dari perjalanan penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Telah banyak berkontribusi, baik dalam bentuk semangat, waktu, maupun dukungan secara moril dan materiil yang sangat membantu. Selalu hadir memberi semangat, mendengarkan di saat penulis merasa lelah, dan tetap ada di setiap naik turunnya proses penulisan ini. Semua perhatian dan bantuan tersebut menjadi bagian penting yang mendukung terselesaikannya tugas akhir ini.
7. Sahabat dan teman-teman mahasiswa tingkat III Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir.
8. Tentunya kepada diri ini yang telah berjuang keras baik suka maupun duka hingga mencapai titik ini.
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan pada penulis dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir.

Terlepas dari itu, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan

Laporan Tugas Akhir ini. Akhir kata, penulis berharap semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca.

Tasikmalaya, Mei 2025

Penulis

ABSTRACT

SYIFA ZAHRA FUJI. DESCRIPTION OF BREAKFAST HABITS AND NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL CHILDREN AT SDN 2 SILUMAN TASIKMALAYA CITY. Under supervision of MARIANAWATI SARAGIH

Elementary school-aged children are those between the ages of 6 and 12 who are enrolled in primary education. Nutritional status and health in this age group are crucial to support physical growth, cognitive development, and learning capacity in school. One of the factors influencing nutritional status is breakfast. Breakfast is estimated to contribute around 25% to the occurrence of nutritional problems. This study aims to describe the breakfast habits and nutritional status of elementary school students at SD Negeri 2 Siluman. This research employed a descriptive design. The population consisted of third-grade students at SDN 2 Siluman, with a total sample of 44 students selected using a Proportional Random Sampling technique based on Purposive Sampling criteria. Data collection was conducted through direct interviews with respondents regarding their breakfast habits, using a morning breakfast frequency form and SQ-FFQ. In addition, anthropometric measurements were taken directly using a microtoise and a digital scale to assess the respondents' nutritional status. The results showed that most respondents had breakfast habits categorized as occasional (41%). In terms of energy intake, 68% were in the adequate category, and the majority of respondents (73%) had a normal nutritional status. Therefore, the study concludes that irregular breakfast habits, suboptimal energy intake, and poor dietary patterns may influence nutritional status, although most respondents were still classified as having good nutritional status. Based on the research findings, it is recommended that schools enhance education on the importance of breakfast by conducting counseling sessions or collaborating with health professionals. This initiative aims to encourage students and parents to adopt regular and balanced breakfast habits. Implementing such educational strategies has been shown to positively influence students' attitudes, self-efficacy, and motivation regarding breakfast consumption, leading to improved dietary behaviors and nutrient intake.

Keywords: School Children, Breakfast, Nutritional Status

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN ORSINILITAS KARYA ILMIAH.....	iii
PERNYATAAN ERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Tujuan Umum.....	3
E. Tujuan Khusus.....	3
F. Manfaat Penelitian.....	3
G. Manfaat Teoritis.....	3
H. Manfaat Praktis.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Pustaka.....	5
1. Anak Sekolah Dasar.....	5
2. Sarapan.....	6
3. Status Gizi.....	7
B. Kerangka Teori.....	11
BAB III METODE PENELITIAN.....	12
A. Jenis Penelitian.....	12
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	12
C. Populasi dan Sampel.....	12
1. Populasi dan Sampel.....	12
2. Teknik Sampling.....	13
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	14
E. Teknik Pengumpulan Data.....	14
1. Jenis Data.....	14
2. Cara Pengumpulan Data.....	15
F. Instrumen Penelitian.....	15
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	16
1. Teknik Pengolahan Data.....	16
2. Teknik Analisis Data.....	17
H. Jalannya Penelitian.....	17
1. Tahap Persiapan.....	17
2. Tahap Pelaksanaan.....	17
3. Tahap Akhir.....	18
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	19

A. Hasil Penelitian.....	19
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	19
2. Gambaran Umum Penelitian.....	19
3. Karakteristik Responden.....	20
4. Kebiasaan Sarapan.....	21
5. Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	21
6. Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi.....	22
B. Pembahasan.....	22
1. Karakteristik Responden.....	22
2. Kebiasaan Sarapan Pagi.....	23
3. Status Gizi.....	25
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	27
A. Simpulan.....	27
B. Saran.....	27
DAFTAR PUSTAKA.....	28
LAMPIRAN.....	30

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Angka Kecukupan Gizi untuk Anak Usia 7-12 Tahun.....	6
2.	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi.....	9
3.	Definisi Operasional.....	14
4.	Instrumen Penelitian.....	15
5.	Jenis Kelamin Responden SDN 2 Siluman Kota Tasikmalaya.....	20
6.	Usia Responden SDN 2 Siluman Kota Tasikmalaya.....	20
7.	Frekuensi Sarapan Pagi.....	21
8.	Jumlah Sarapan pagi.....	21
9.	Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	21
10.	Frekuensi sarapan, Jumlah Sarapan dan Status Gizi.....	22

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Status Gizi.....	11

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Informed Consent (IC)*
- Lampiran 2. Persetujuan Setelah penjelasan
- Lampiran 3. Kuesioner Identitas dan Status Gizi
- Lampiran 4. Kuesioner Kebiasaan Sarapan Pagi
- Lampiran 5. Dokumentasi
- Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup Penulis