

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBIASAAN
SARAPAN TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA ANAK
SEKOLAH DASAR SDN SUKOREJO SIDAYU GRESIK**



OLEH :

BETTY CAHYA NINGSIH

NIM 201101005

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

2024

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga penulis telah berhasil menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Hubungan Antara Status Gizi Dan Kebiasaan Sarapan Terhadap Prestasi Akademik Pada Anak Sekolah Dasar SDN Sidayu Gresik ”** Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Gizi di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

Dalam penyusunan Skripsi ini Halangan, rintangan, do'a serta berbagai usaha maksimal telah di lakukan oleh peneliti untuk menyelesaikan dan memberikan sebuah karya yang terbaik. Namun peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penysunan proposal penelitian ini memerlukan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT. yang telah memberikan segala nikmat rahmat sehat dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Penelitian ini dengan baik.
2. Ibu Nadhirortul Laily, M.Psi., Ph.D., Psikolog. Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Dr. Siti Hamidah, SST.,Bd M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
4. Ibu Amalia Rahma, S.Gz., M.Si. selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Gresik.
5. Ibu Amalia Rahma S. Gz., M. Si Selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah memotivasi, membeimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. Ibu Dra. Eka Srirahayu Ariestiningsih M. pd Selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memotivasi, membeimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bapak Ibu Dosen berserta staf, khususnya dosen Program Studi Ilmu Gizi serta seluruh Staf di fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
8. Kedua Orang tua saya ibu Muaqidah dan bapak Nurikan, yang telah memberi dukungan dan serta membiayai kuliah sampai akhir, terima kasih sudah menjadi

orang yang hebat dan menyemangati saya, terima kasih untuk do'a dari bapak dan ibu saya bisa berada di titik ini.

9. Diriku sendiri, Betty Cahya Ningsih terima kasih sudah berusaha keras, kuat dan pantang menyerah dalam menghadapi halangan dan cobaan sampai sejauh ini. Menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik dan semaksimal mungkin. Terima kasih sudah selalu bangkit ketika terluka, Ini pencapaian yang patut di banggakan. Berbahagialah selalu di manapun berada, dan apapun kekuranganya dan kelebihanmu, mari merayakan diri sendiri.
10. Temanku dari awal masuk kuliah hingga sekarang Nabila, Hamiyah, Dewi, dan Talitha terimakasih telah memberikan dukungan dan semangat.
11. Teman-teman ku di rumah Riska, Fifi, Sany, dan Dita terima kasih sudah menjadi teman baik dan terima kasih atas segala support dan do'a yang telah diberikan kepada penulis.
12. Teman – teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terimakasih sudah menjadi teman curhat yang baik, mendukung, memotivasi serta membantu jalan nya penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis sangat membutuhkan kritik maupun saran sebagai evaluasi bagi penulis demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi banyak pihak. Akhir kata, semoga kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak mendapat balasan yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Amin ya robbal alamin.

Gresik, 11 Juli 2024

Penulis

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBIASAAN SARAPAN
TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA ANAK SEKOLAH DASAR
SDN SUKOREJO SIDAYU GRESIK**

BETTY CAHYA NINGSIH

ABSTRAK

Sarapan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas di pagi hari dan menyumbang gizi sekitar 15% - 30% dari kebutuhan kalori sehari. Sarapan pagi dimulai dari pukul 06.00 sampai dengan pukul 09.00 pagi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan kebiasaan sarapan pada anak sekolah dasar SDN sukorejo sidayu Gresik. Penelitian ini dilakukan pada 33 siswa siswi kelas V dan VI. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini menggunakan Kuesioner, nilai buku Rapor, dan data Antropometri. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank. Hasil : sebesar (51,5%) responden sering mengkonsumsi kebiasaan sarapan dan (48,5%) responden jarang mengkonsumsi kebiasaan sarapan. Hasil menunjukkan terdapat tidak ada hubungan antara status gizi dan prestasi akademik (*sig* sebesar 0,962). Dan tidak ada hubungan antara kebiasaan sarapan terhadap prestasi akademik (*sig* sebesar 0,357). Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden dengan frekuensi sarapan pagi kategori sering tersebar pada kategori prestasi baik – baik dan cukup.

Kata kunci : Status Gizi, Kebiasaan Sarapan, Prestasi Akademik.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND
BREAKFAST HABITS ON ACADEMIC ACHIEVEMENT OF
ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AT SDN SUKOREJO SIDAYU
GRESIK**

BETTY CAHYA NINGSIH

ABSTRACT

Breakfast is an important activity before carrying out activities in the morning and contributes around 15% - 30% of daily calorie needs. Breakfast starts from 06.00 until 09.00 in the morning. This study aims to determine the relationship between nutritional status and breakfast habits in elementary school children at SDN Sukorejo Sidayu Gresik. This research was conducted on 33 students in grades V and VI. The measuring tools used in this research were questionnaires, report card grades, and anthropometric data. Data analysis was carried out using the Spearman Rank test. Results: (51,5%) of respondents often consumed breakfast habits and (48,5%) respondents rarely consumed breakfast habits. The results show that there is no relationship between nutritional status and academic achievement (sig of 0.962). And there is no relationship between breakfast habits and academic achievement (sig of 0.357). So it can be concluded that respondents with breakfast frequency categories are often spread across the good and fair performance categories.

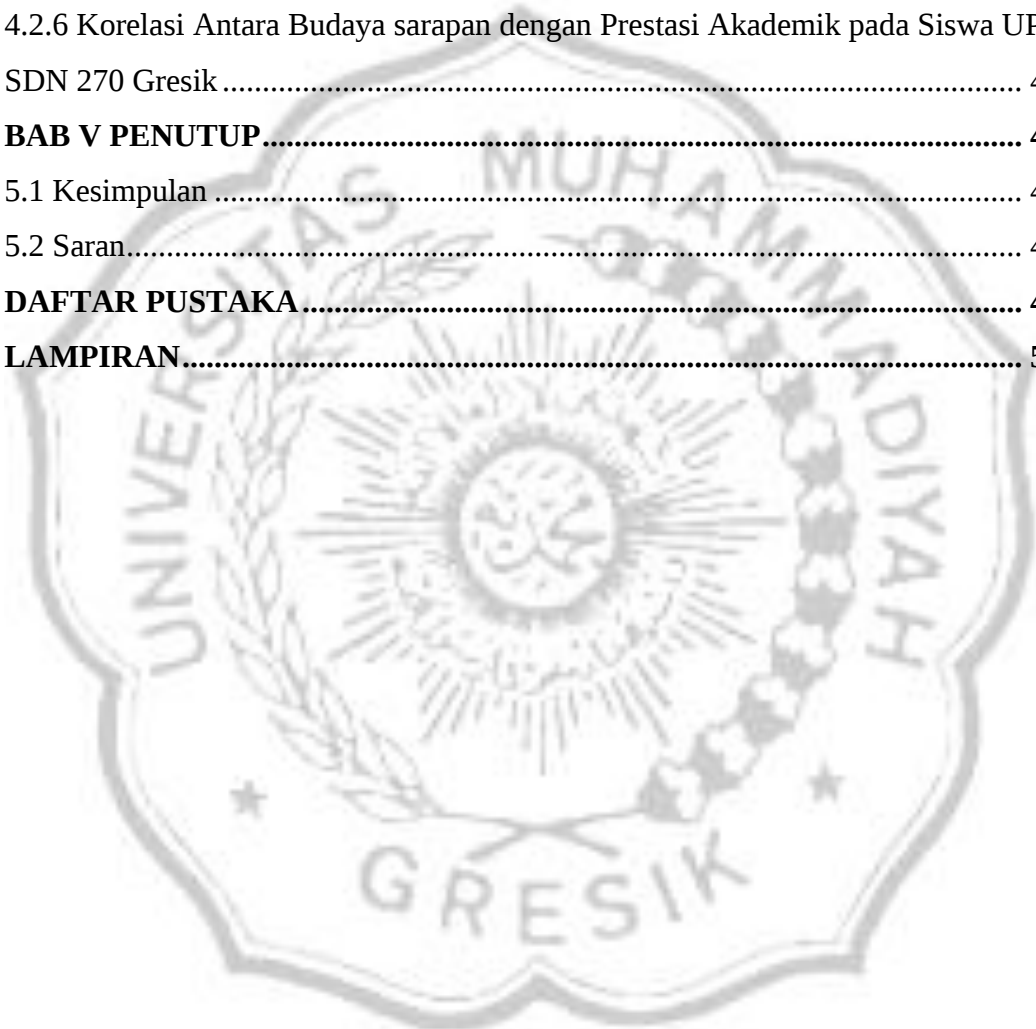
Keywords: Nutritional Status, Breakfast Habits, Academic Achievement.

DAFTAR ISI

HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ...	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Hipotesis Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	9
2.1 Sarapan.....	9
2.1.1 Definisi Sarapan	9
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Budaya Sarapan	9
2.1.3 Kebiasaan Sarapan	13
2.1.4 Manfaat Sarapan.....	14
2.1.5 Fungsi Sarapan	14
2.1.6 Makanan yang Baik untuk Sarapan.....	14
2.1.7 Dampak Meninggalkan Sarapan	15
2.2 Prestasi Akademik.....	16

2.2.1 Definisi Prestasi Akademik.....	16
2.2.2 Fungsi Prestasi Akademik.....	17
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik	17
2.2.4 Penentuan Prestasi Akademik	19
2.3 Status Gizi	19
2.3.2 Pengertian Status Gizi	19
2.3.2 Penilaian Status Gizi	19
2.3.3 Pengukuran Status Gizi	21
2.3.4 Klasifikasi atau Penggolongan Status Gizi	23
2.3.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi.....	24
2.4 Kerangka Teori.....	26
2.5 Kerangka konsep	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Jenis Penelitian dan Desain Penelitian	27
3.2 Waktu Penelitian	27
3.3 Tempat Penelitian.....	27
3.4 Populasi dan Sampel	27
3.4.1 Populasi	27
3.4.2 Sampel Penelitian.....	27
3.5 Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional.....	28
3.6 Definisi Oprasional	29
3.7 Kerangka Penelitian	30
3.7.1 Teknik Pengumpulan Data.....	30
3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data	30
3.8 Kerangka Penelitian	31
3.9 Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Gambaran Umum Setting Penelitian.....	35
4.1.2 Karakteristik Responden	35
4.1.3 Analisis Univariat.....	37
4.1.4 Analisis Bivariat.....	39

4.2 Pembahasan.....	41
4.2.1 Karakteristik Responden	41
4.2.2 Status Gisi	42
4.2.3 Kebiasaan Sarapan	43
4.2.4 Prestasi Akademik.....	43
4.2.5 Korelasi Antara Status Gizi dan Prestasi Akademik pada Siswa UPT SDN 270 Gresik	44
4.2.6 Korelasi Antara Budaya sarapan dengan Prestasi Akademik pada Siswa UPT SDN 270 Gresik	45
BAB V PENUTUP.....	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	55



DAFTAR TABEL

3.6 Definisi Operasional	28
3.7 Kerangka Operasional	30
3.8 Nilai Analisis Univariat.....	32
3.9 Nilai Analisis Bivariat	32
4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	34
4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	35
4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas	35
4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Uang Saku	36
4.5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden Berdasarkan IMT/U	36
4.6 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Anak Sekolah Dasar di UPT SDN 270 Gresik	37
4.7 Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Pada Anak Sekolah Dasar di UPT SDN 270 Gresik	38
4.8 Hubungan Status Gizi Terhadap Prestasi Akademik Pada Anak Sekolah Dasar di UPT SDN 270 Gresik	38
4.9 Hubungan Kebiasaan Sarapan Terhadap Prestasi Akademik Pada Anak Sekolah Dasar di UPT SDN 270 Gresik	39

DAFTAR GAMBAR

Kerangka Teori.....	25
Kerangka Konsep.....	25
Kerangka Operasional.....	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden	55
Lampiran 2. Formulir Identitas Diri.....	56
Lampiran 3. Lembar kuesioner kebiasaan sarapan	57
Lampiran 4. Hasil Rekap Kuesioner	60
Lampiran 5. Rekap Nilai PAS.....	61
Lampiran 6. Rekap Nilai PTS	64
Lampiran 7. Hasil Uji SPSS.....	66
Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian Skripsi.....	67
Lampiran 9. Sertifikat Uji Etik.....	68
Lampiran 10. Dokumentasi.....	69

