



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA
ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK ISLAM NURUL IZZAH CANDIREJO,
KECAMATAN UNGARAN BARAT, KABUPATEN SEMARANG, PROVINSI JAWA
TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi

Oleh :

LISA VITA SARI

NIM. 060117A024

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH
PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK ISLAM NURUL IZZAH
CANDIREJO KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN
SEMARANG PROVINSI JAWA TENGAH**

Disusun oleh:

LISA VITA SARI

NIM. 060117A024

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta
telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 22 Februari 2023

Pembimbing



Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:
**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH
PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK ISLAM NURUL IZZAH
CANDIREJO KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN
SEMARANG PROVINSI JAWA TENGAH**

Oleh:
LISA VITA SARI
NIM. 060117A024

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin
Tanggal : 27 Februari 2023


Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

Anggota/Penguji I


Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes
NIDN. 0025116210


Anggota/Penguji II


Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

Mengetahui,


Dekan Fakultas Kesehatan

Eko Susno, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

Ketua Program Studi S1 Gizi

Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lisa Vita Sari
NIM : 060117A024
Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah”** adalah karya ilmiah asli dan belum diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah dan sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lisa Vita Sari
NIM : 060117A024
Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

NIM : 060117A024
Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan member kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya berjudul **“Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 27 Februari 2023
Yang membuat pernyataan

Lisa Vita Sari

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Lisa Vita Sari
Tempat, Tanggal Lahir : Samarinda, 15 November 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Warga Negara : Indonesia
Alamat : Jl. Pasundan Rt 01 Kelurahan Sindang Sari Kecamatan Sambutan Kota
Samarinda Kalimantan Timur
Email : lisavitasari21@gmail.com
No.Hp : 081237275758

Riwayat Pendidikan

1. TK Dahlia Sindang Sari : Tahun 2004-2005
2. SD Negeri 042 Sindang Sari : Tahun 2005-2011
3. MTs. Ma'arif NU 01 Samarinda : Tahun 2011-2014
4. SMK Kesehatan Samarinda : Tahun 2014-2017
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2017-2023

Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Kesehatan
Program Studi S1 Gizi
Skripsi, Februari 2023
Lisa Vita Sari
060117A024

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK ISLAM NURUL IZZAH CANDIREJO, KECAMATAN UNGARAN BARAT, KABUPATEN SEMARANG, PROVINSI JAWA TENGAH

ABSTRAK

Latar Belakang : Kebiasaan sarapan pagi memberikan kontribusi terhadap status gizi anak apabila makanan yang dikonsumsi berkualitas dari segi jenis dan kandungan gizinya. Berdasarkan hasil wawancara 40,0% (12 dari 30 responden) tidak memiliki kebiasaan sarapan.

Tujuan : Mengetahui kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analitik observasional. Desain penelitian adalah *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah anak yang bersekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo. Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Sampling* dengan jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 104 anak. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner, timbangan digital dan *microtoise*. Waktu penelitian pada bulan Januari 2023. Analisis data menggunakan analisis *uji Kendall Tau* ($\alpha = 0,05$).

Hasil : Kebiasaan sarapan pagi pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, memiliki kebiasaan sarapan dengan kategori sering (5-6 kali/minggu) sebanyak 69 anak (66,3%), kategori selalu (7 kali/minggu) sebanyak 21 anak (20,2%). Kategori kadang-kadang sebanyak 11 anak (10,6%) dan kategori jarang sebanyak 3 anak (2,9%). Status gizi anak di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, dengan kategori tidak gizi lebih sebanyak 73 anak (70,3%) dan kategori gizi lebih sebanyak 31 anak (29,8%). Tidak ada hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi lebih ($p = 0,731$).

Kesimpulan : Tidak ada hubungan kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, provinsi Jawa Tengah.

Kata kunci : Anak pra sekolah, Gizi lebih, Kebiasaan Sarapan

University Ngudi Waluyo
Faculty Health
Nutrition Study Program
Thesis , February 2023
Lisa Vita Sari
060117A024

THE RELATIONSHIP BREAKFAST HABITS WITH THE OCCURRENCE OF OVER NUTRITION IN PRE-SCHOOL AGE CHILDREN IN NURUL IZZAH CANDIREJO ISLAMIC KINDERGARTEN, UNGARAN BARAT DISTRICT, SEMARANG DISTRICT, CENTRAL JAVA PROVINCE

ABSTRACT

Background: Breakfast habits contribute to children's nutritional status if the food consumed is of good quality in terms of type and nutritional content. Based on the results of interviews 40.0% (12 out of 30 respondents) do not have breakfast habits.

Objective: To find out breakfast habits and the incidence of excess nutrition in pre-school age children at Nurul Izzah Candirejo Islamic Kindergarten, West Ungaran District, Semarang Regency, Central Java Province.

Methods: This research is a quantitative research with observational analytic. The research design is *cross sectional*. The population of this study were children who attended Nurul Izzah Candirejo Islamic Kindergarten. The sampling technique used was *Total Sampling* with a total sample of 104 children. Data collection tools used questionnaires, digital scales and *microtoise*. The time of research was in January 2023. Data analysis used the *Kendall Tau test analysis* ($\alpha = 0.05$).

Results: Breakfast habits in pre-school aged children in Nurul Izzah Candirejo Islamic Kindergarten, 69 children (66.3%) have breakfast habits in the frequent category (5-6 times/week), always (7 times/week) in the category 21 children (20.2%). The occasional category has 11 children (10.6%) and the rare category has 3 children (2.9%). The nutritional status of children in the Nurul Izzah Candirejo Islamic Kindergarten, with the category of undernourishment was 73 children (70.3%) and the category of overweight was 31 children (29.8%). There is no relationship between breakfast habits and nutritional status ($p = 0.731$).

Conclusion: There is no relationship between breakfast habits and the incidence of overweight in pre-school-age children at Nurul Izzah Candirejo Islamic Kindergarten, West Ungaran District, Semarang Regency, Central Java province.

Keywords: Pre school children, More nutrition, Breakfast habits

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah swt, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul **“Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah”**, dapat terselesaikan. Kesempatan dan ridho-Nya yang sangat berarti bagi penulis, kasih sayang-Nya, tidak ada yang mampu menandingi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa kerja keras, semangat dan do'a dari berbagai pihak. Penulis dengan segenap ketulusan dan kerendahan hati, ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo
4. Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi selaku pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Puji Afiatna, S.Gz., M.Gizi selaku pembimbing akademik yang telah memberi waktu, bimbingan, arahan, dan masukkan dalam perkuliahan.
6. Seluruh dosen gizi Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan arahan dan ilmunya selama perkuliahan.
7. Isti Mukhitoh, S.Pd selaku kepala sekolah TK Islam Nurul Izzah Candirejo dan staf guru yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan informasi dan membantu dalam penelitian.
8. Kepada ayahanda Tukino dan ibunda Maryati orang tua yang telah membesarkan dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang, dukungan, semangat, fasilitas, serta do'a yang selalu diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan.

9. Kepada bude Sutarmi dan pakde Slamet Yulianto yang telah menjadi orang tua kedua selama di perantauan, selalu memberi semangat, dukungan, hiburan di saat stress, pertolongan serta doa yang selalu diberikan kepada penulis.
10. Sahabat atau saudara yang mungkin tidak selalu ada, tetapi selalu bisa diandalkan, Desi Anggraini, Miftahul Wal Jannah, Dema Ramadhani dan Ihyani Uzma, yang selalu siap sedia untuk mendengarkan keluh kesah penulis selama masa perkuliahan serta memberi dukungan dan doa.
11. Para sahabat, teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang selama ini selalu memberikan semangat, dukungan dan bantuan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhir kata, penulis berharap kepada Allah swt semoga membalas semua kebaikan dari pihak-pihak yang telah membantu penulis. Diharapkan skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, kritik dan saran yang membangun selalu terbuka demi kesempurnaan penelitian ini.

Ungaran, 27 Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PENGESAHAN	3
PERNYATAAN ORISINILITAS	4
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	4
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	6
ABSTRAK.....	7
ABSTRACT.....	8
KATA PENGANTAR	9
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR GAMBAR	13
DAFTAR TABEL.....	14
DAFTAR LAMPIRAN.....	15
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori	Error! Bookmark not defined.
1. Anak Pra sekolah	Error! Bookmark not defined.
2. Kebiasaan Sarapan.....	Error! Bookmark not defined.
3. Status Gizi Lebih	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

D. Definisi Oprasional.....	Error! Bookmark not defined.
E. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
G. Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
H. Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
J. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
K. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil dan Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka teori.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Klasifikasi dan Ambang Batas Status Gizi Anak Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.1	Definisi Oprasional Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.1	Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2	Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan orang tua anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang..... Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.3	Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan orang tua anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang..... Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.4	Distribusi berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang..... Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.5	Distribusi frekuensi berdasarkan waktu sarapan anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.6	Distribusi frekuensi kebiasaan sarapan anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.7	Distribusi frekuensi status gizi IMT/U anak TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.8	Tabulasi silang kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih pada anak usia pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

- Lampiran 1. Surat Ijin Studi Pendahuluan**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dan Mencari Data**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5. Kuesioner Penelitian**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7. Hasil Penelitian / Data SPSS.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian**Error! Bookmark not defined.**