



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI
DENGAN STATUS GIZI PADA PETANI DI DUSUN TOLOKAN
KECAMATAN GETASAN KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Oleh :

SILVIANA ULYA ARDIYANTI

NIM. 061191035

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

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS
GIZI PADA PETANI DI DUSUN TOLOKAN KECAMATAN GETASAN
KABUPATEN SEMARANG**

Oleh :

**SILVIANA ULYA ARDIYANTI
NIM. 061191035**

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

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

Ungaran, 22 Juli 2024

Pembimbing



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

HALAMAN PENGESAHAN

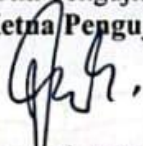
Skripsi berjudul:
**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS
GIZI PADA PETANI DI DUSUN TOLOKAN KECAMATAN GETASAN
KABUPATEN SEMARANG**

Oleh :
SILVIANA ULYA ARDIYANTI
NIM. 061191035

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

Hari : Rabu
Tanggal : 31 Juli 2024

Tim Penguji:
Ketua Penguji


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


Anggota/Penguji I


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

Anggota/Penguji II


Puji Afiatna, S.Gz., M.Gz
NIDN. 0609128903

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Gizi Dekan Fakultas Kesehatan


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


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

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Silviana Ulya Adriyanti

NIM : 061191035

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul “Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni dari saya yang dibimbing dan di bantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah di publikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul asli serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaraan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang dilakukan di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



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

Semarang, 31 Juli 2024
Yang membuat pernyataan



Silviana Ulya Adriyanti

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Silviana Ulya Ardiyanti

Nim : 061191035

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasi Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang”** untuk kepentingan akademik.

Semarang, 31 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Silviana Ulya Ardiyanti

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS

1. Nama Lengkap : Silviana Ulya Ardiyanti
2. NIM : 061191035
3. Tempat, Tanggal Lahir : KAB. Semarang, 15 Juli 2001
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. Alamat
 - a. Desa : Tolokan RT 02/ RW 03 Tolokan
 - b. Kecamatan : Getasan
 - c. Kab/Kota : Semarang
 - d. Provinsi : Jawa Tengah
7. Telephone
 - a. Handphone : 085875250182
 - b. Email : silvianaulyaardiyanti18@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. TKIT Nurul Islam : 2006 - 2007
2. SDN 02 TOLOKAN Getasan : 2007 - 2013
3. MTs SUDIRMAN Getasan : 2013 - 2016
4. SMK NEGERI 1 BAWEN : 2016 - 2019
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2019 – selesai

Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Kesehatan
Program Studi S1 Gizi
Skripsi, Juli 2024
Silviana Ulya Ardiyanti
061191035

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI PADA PETANI DI DUSUN TOLOKAN KECAMATAN GETASAN KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : Status gizi orang dewasa merupakan asupan energi untuk kebutuhan tubuh orang dewasa yang digunakan untuk melakukan berbagai aktivitas atau kegiatan sehingga dapat menyelesaikan tugasnya dalam bekerja. Petani beresiko memiliki gizi kurang dari pada gizi lebih yang digambarkan dengan tingginya jam kerja yang tidak diimbangi dengan peningkatan konsumsi energi. Status Gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kebiasaan sarapan dan asupan energi

Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan, asupan energi dengan status gizi pada petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan metode *cross sectional*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah petani berusia (27-63 tahun) di Dusun Tolokan Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang. Sampel ditentukan dengan menggunakan teknik sampling jenuh atau total sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara secara langsung (door to door) untuk memperoleh usia dan data FFQ dan pengukuran tinggi badan dan berat badan menggunakan alat *microtoise* dan timbangan. Analisa data menggunakan uji *kendall tau* ($\alpha = 0.05$).

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan, asupan energy dengan status gizi pada petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang dengan p-value <0.05 (0.033 dan 0.01).

Simpulan : Terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan, asupan energy dengan status gizi pada petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang

Kata Kunci : Asupan Energy, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Petani.

Ngudi Waluyo University
Faculty of Health Science
Nutritions Study Program
Thesis, July 2024
Silviana Ulya Ardiyanti
061191035

THE CORRELATION OF BREAKFAST HABITS, ENERGY INTAKE WITH NUTRITIONAL STATUS OF FARMERS IN TOLOKAN VILLAGE GETASAN DISTRICT SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background : The nutritional status of adults is the energy intake for the needs of the adult body which is used to carry out various activities or activities so that it can complete its work tasks. Farmers are at risk of undernutrition rather than overnutrition, which is illustrated by high working hours which are not balanced with increased energy consumption. Nutritional status is influenced by various factors such as breakfast habits and energy intake

Objective : The aim of this study was to analyze the correlation of breakfast, energy intake with nutritional status of farmers in tolokan village getasan district semarang regency.

Method : The research method used analytical observation with quantitative approach used cross sectional method. The used in this research were farmers (27-63 years) in Tolokan Hamlet, Getasan District, Semarang Regency. The sample were taken by sampling jenuh or total sampling. Collecting data using with a direct interview (door to door) were used to collect age and FFQ and measuring height and weight using a microtoise and scales. Analysis data was using kendall tau test ($\alpha = 0.05$).

Results: The research results show that there is a significant correlation between breakfast habits, energy intake and nutritional status among farmers in Tolokan Village, Getasan District, Semarang Regency with a p-value <0.05 (0.033 and 0.01).

Conclusion : There is a correlation between breakfast habits, energy intake and nutritional status among farmers in Tolokan Village, Getasan District, Semarang Regency

Keywords : Energy Intake, Breakfast Habits And Nutritional Status Farmers.

PRAKATA

Assalamualaikum warrahmatullahi wabarakatuh Puji dan Syukur senatiasa penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya sehibgga Tugas Akhir Skripsi yang berjudul “**Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang**” dapat diselesaikan dengan lancar. Penulis juga tidak memungkiri selama penyusunan Tugas Akhir ini ada campur tangan dari berbagai pihak yang ikut serta dalam membantu memberikan saran dan bimbingan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku ketua Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo serta dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan arahan, bimbingan, kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Puji Afiatna, S. Gz., M. Gz selaku dosen pembimbing akademik yang sudah memberikan bimbingan selama masa perkuliahan serta sebagai dosen penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun skripsi
5. Ibu Indri Mulyasari, S. Gz., M. Gizi selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun skripsi.

6. Ibu Ariyanti Setyaningsih S.Gz., M.P.H selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun skripsi
7. Bapak dan Ibu Dosen dan staf Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang membantu kelancaran penyusunan skripsi ini.
8. Kepala Desa Tolokan Bapak Dwi Wahono yang telah mendukung serta mengizinkan pelaksanaan penelitian di Desa Dwi Wahono.
9. Bidan Desa Tolokan Ibu Ila Listiyani, Am. Keb yang telah mendukung dan selalu memberi saran dalam penelitian ini.
10. Kepada kedua orang tua saya yang saya cintai (Bapak Kanthi Widodo dan Ibu Tri Ariyanti), serta adik saya tersayang (Erhamna Fajar Mardani Dan Romaisya Farhana Ardiningrum) serta seluruh keluarga besar yang sudah mendukung dan memberikan semangat kepada saya.
11. Kepada teman teman saya Liyani, Kiki, Oktavia, Assa yang selalu memberi semangat, motivasi, solusi dan positif energi dan saya ucapkan terimakasih atas kebersamaanya selama ini.
12. Semua teman-teman Program Studi Gizi Angkatan 2019 yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
13. Kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
14. Kepada diri saya sendiri yang sangat saya cintai lebih dari siapapun karena sudah mampu menyelesaikan naskah skripsi ini.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iii
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	8
A. Tinjauan Umum Tentang Status Gizi.....	8
1. Status Gizi.....	8
2. Kebiasaan Sarapan.....	19
3. Asupan Energi.....	21
B. Survey Konsumsi Makan.....	27
C. Kerangka Teori.....	29
D. Kerangka Konsep.....	30
E. Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Desain Penelitian.....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31

C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
C. Definisi Operasional.....	32
D. Prosedur Penelitian.....	34
E. Teknik Pengumpulan Data.....	36
F. Etika Penelitian.....	39
G. Pengolahan Data.....	40
H. Analisa Data.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil dan Analisis Data.....	43
B. Analisis Univariat.....	47
C. Analisis Bivariat.....	50
D. Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	30

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Kebutuhan Energi menurut AKG..... 25
Tabel 2.2	Kebutuhan Tubuh Manusia 27
Tabel 3.1	Definisi Operational 33
Tabel 4.1	Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur 44
Tabel 4.2	Jumlah Penduduk Menurut Tingkat Pendidikan 45
Tabel 4.3	Jumlah Penduduk Menurut Mata Pencaharian..... 45
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang 46
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang..... 46
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang..... 47
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Asupan Energi Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan, Getasan, Kabupaten Semarang 48
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Status Gizi Pada Petani Di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang..... 49
Tabel 4.9	Hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang..... 50
Tabel 4.10	Hubungan asupan energi dengan status gizi pada petani di Dusun Tolokan, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang..... 55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Studi Pendahuluan	67
Lampiran 2. Surat Penelitian Dan Mencari Data	68
Lampiran 3. Anggaran Biaya Penelitian	69
Lampiran 4. Lembar Pernyataan Kepada Responden	70
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Responden	71
Lampiran 6. Lembar Penyaringan Kuesioner	72
Lampiran 7. Kuesioner Penelitian.....	73
Lampiran 8. Formulir Penelitian FFQ.....	75
Lampiran 9. Jadwal Penelitian	79
Lampiran 10. Hasil Tabulasi Penelitian	80
Lampiran 11. Hasil Uji Analisis	83
Lampiran 12. Hasil Dokumentasi	85