
**HUBUNGAN POLA SARAPAN PAGI DENGAN STATUS GIZI ANAK
SEKOLAH DASAR NEGERI SEKELURAHAN LIMBA U2
KOTA SELATAN GORONTALO**

Oleh :
Salman
e-mail: sal_alfa@yahoo.co.id

ABSTRAK

Tumbuh dan berkembangnya anak usia sekolah secara optimal berhubungan erat dengan pemberian nutrisi. Dalam masa tumbuh dan berkembangnya anak usia sekolah, sering terjadi asupan makanan pada anak tidak dilaksanakan dengan sempurna (Judarwanto, 2013). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pola sarapan pagi dengan status gizi pada anak SD sekelurahan Limba U2 Gorontalo.

Jenis penelitian survey analitik dengan rancangan *cross sectional study* yang mana variabel dependen dan variabel independen dikumpulkan secara simultan. Hasil penelitian diperoleh bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola sarapan pagi dengan status gizi pada anak SD) kelas VI sekelurahan Limba U-2 Kota Selatan Gorontalo.

Kata kunci : Pola sarapan, status gizi, anak SD

**RELATIONSHIP BREAKFAST PATTERN AND NUTRITIONAL STATUS OF
ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN WARDS LIMBA U2 SOUTH
CITY OF GORONTALO**

Oleh :
Salman, SKM, M.Kes
E-mail : sal_alfa@yahoo.co.id

ABSTRAK

Growth and development of school-age children optimally closely related to provide nutrition . During the growth and development of school-age children , frequent food intake in children is not executed perfectly (Judarwanto , 2013) This study aims to determine the relationship breakfast patterns and nutritional status of elementary school children south city of gorontalo Limba U2

Type of research analytic survey with cross sectional study in which the dependent variable and the independent variables were collected simultaneously . Research results obtained that there is no significant relationship between the pattern of breakfast and nutritional status of elementary school children wards Limba U - 2 South City South city of Gorontalo.

Keywords : Breakfast pattern , nutritional status , elementary school children

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa. Kualitas anak-anak saat ini menentukan kualitas bangsa dimasa depan. Tumbuh dan berkembangnya anak secara optimal berhubungan erat dengan pemberian nutrisi. Dalam masa tumbuh dan berkembangnya anak usia sekolah, sering terjadi pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak dilaksanakan dengan sempurna (Judarwanto, 2013)

Pilihan makanan di sekolah pada anak SD sangat dipengaruhi oleh teman sebaya. Program makanan di sekolah dan tempat-tempat penitipan anak juga berpengaruh terhadap asupan makanan yang tentunya juga berimplikasi pada status gizi anak. Di Indonesia belum dikembangkan program makanan sekolah secara nasional. Pada hal program ini penting dan punya kontribusi strategis terhadap pemenuhan asupan gizi anak (Almatsir dkk, 2011).

Makan pagi atau sarapan sangat bermanfaat bagi anak SD. Sarapan pagi dapat memelihara ketahanan fisik anak sehingga tidak mengantuk sewaktu belajar, dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Namun banyak anak

yang tidak suka sarapan pagi dengan berbagai alasan, antara lain tidak sempat, buru-buru ke sekolah, belum lapar dan tidak menyukai makanan yang disediakan keluarga (Aritonang, 2011).

Pola sarapan pagi punya kontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi sehari pada anak. Pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi sehari berhubungan langsung dengan status gizi anak. Status gizi baik terjadi bila tubuh memperoleh cukup energi dan zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan belajar dan kesehatan secara umum (Sediaoetama, 2010).

Masalah kesehatan dan gizi masih banyak dijumpai dikalangan anak sekolah. Diantaranya adalah kurangnya pertumbuhan fisik secara optimal yang disebabkan kurang terpenuhinya asupan energi dan zat gizi. Asupan energi dan zat gizi anak-anak SD di beberapa wilayah di Indonesia masih cukup memprihatinkan. Padahal, asupan energi dan zat gizi yang cukup setiap harinya dibutuhkan supaya anak memiliki status gizi yang baik, pertumbuhan, kesehatan, dan kemampuan intelektual yang baik pula sehingga dapat menjadi Sumber Daya Manusia (SDM)

yang unggul (Suandi, 1999 dan Arisman, 2009).

Hardinsyah (2012), menyatakan bahwa sarapan memiliki sejumlah manfaat bagi anak sekolah. Salah satunya untuk mencukupi kebutuhan gizi seimbang, agar mereka dapat tumbuh baik secara fisik maupun mental. Sayangnya banyak anak

METODE

Jenis penelitian survey analitik dengan rancangan *cross sectional study*. Populasi adalah semua anak kelas VI SD yang ada di Kelurahan Limba U2 Kota Selatan Gorontalo. Semua populasi dijadikan subjek penelitian. Analisis data menggunakan komputer program SPSS versi 16.0. Analisis univariat digunakan untuk dapat mendeskripsikan variabel-variabel yang terkait dengan karakteristik

Indonesia usia sekolah yang tidak terbiasa sarapan dengan berbagai alasan seperti : sulit membangunkan anak dari tidurnya untuk sarapan (59%), sulit mengajak anak untuk sarapan (19%), sulit meminta anak untuk menghabiskan sarapan (10%) dan khawatir anak terlambat sekolah (6%).

orang tua dari anak yaitu umur, pendidikan, pekerjaan dan jumlah anggota keluarga. Disamping itu mendeskripsikan variabel pola sarapan pagi dan status gizi. Analisis bivariat digunakan untuk menilai/menguji hubungan variabel independen dengan variabel dependen, yaitu pola sarapan pagi dengan status gizi. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji *Chi square* (X^2) dengan tingkat kepercayaan 95 %.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Responden Menurut Umur

Gambaran mengenai umur responden, dari 119 anak yang dijadikan subjek penelitian, diperoleh rincian menurut kelompok umur yaitu umur 10–10 tahun 11 bulan ; 42 responden (35,3%), umur 11–11 tahun

11 bulan ; 66 responden (55,5%), umur 12–12 tahun 11 bulan ; 9 responden (7,6%), dan umur 13–13 tahun 11 bulan serta umur 14 tahun – 14 tahun 11 bulan masing-masing 1 responden (0,8%). Selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Kelompok Umur

Kelompok Umur (Tahun, bulan)	Frekuensi	%
10,00 – 10,11	42	35,3
11,00 – 11,11	66	55,5
12,00 – 12,11	9	7,6
13,00 – 13,11	1	0,8
14,00 – 14,11	1	0,8
Total	119	100,0

Tabel 1 di atas terlihat bahwa responden terbanyak yaitu pada kelompok umur 11,00-11 tahun 11 bulan; yaitu 66 orang (55,5%), sedangkan responden dengan jumlah terkecil adalah pada kelompok umur 13,00-13 tahun 11 bulan dan 14,00-14 tahun 11 bulan, masing-masing 1 orang (0,8%).

2. Gambaran Responden Menurut Jenis Kelamin.

Gambaran responden menurut jenis kelamin, diperoleh rincian data yaitu 54 orang (45,4%) kelamin laki-laki dan 65 orang (54,6%) kelamin perempuan.

Gambaran distribusi responden menurut kelamin juga dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	54	45,4
Perempuan	65	54,6
Total	119	100,0

Tabel 2 di atas terlihat bahwa responden dengan jumlah terbanyak adalah jenis kelamin perempuan, yaitu 65 orang (54,6%) dari 119 orang responden.

3. Gambaran Karakteristik Orang Tua

3.1 Umur Ayah

Gambaran mengenai umur ayah responden, dari 119, diperoleh rincian umur sebagai berikut; umur 30-34 tahun; 12 orang (10,1%), 35-39 tahun; 29 orang (24,4%), 40-44 tahun; 40 orang (33,6%), 45-49 tahun; 23 orang (19,3%), 50-54

tahun; 8 orang (6,7%), 55-59 tahun; 5 orang (4,2%), umur 60-64 dan 65-69 tahun masing-masing 1 orang (0,8%).

Gambaran distribusi frekuensi ayah menurut kelompok umur dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Distribusi Ayah Responden Menurut Kelompok Umur

Umur Ayah	Jumlah	%
30 – 34	12	10,1
35 – 39	29	24,4
40 – 44	40	33,6
45 – 49	23	19,3
50 – 54	8	6,7
55 – 59	5	4,2
60 – 64	1	0,8
65 – 69	1	0,8
Total	119	100,0

Tabel 3 di atas terlihat bahwa sebagian besar ayah responden adalah pada kelompok umur 40-44 tahun, yaitu 40 orang (33,6%).

3.2. Gambaran Umur Ibu

Gambaran mengenai umur ibu responden, dari 119 orang ibu, diperoleh rincian umur sebagai berikut;

umur 29-33 tahun; 28 orang (23,5%), 34-38 tahun; 35 orang (29,4%), 39-43 tahun; 32 orang (26,9%), 44-48 tahun; 14 orang (11,8%), 49-53 tahun; 7 orang (5,9%), 54-58 tahun; 3 orang (2,5%).

Gambaran distribusi frekuensi ibu menurut kelompok umur dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Distribusi Ibu Responden Menurut Kelompok Umur

Umur Ayah	Frekuensi	%
29 – 33	28	23,5
34 – 38	35	29,4
39 – 43	32	26,9
44 – 48	14	11,8
49 – 53	7	5,9
54 – 58	3	2,5
Total	119	100,0

Tabel 4 di atas terlihat bahwa sebagian besar ibu responden adalah pada kelompok umur 34-38 tahun, yaitu 35 orang (29,4%) dari 119 ibu responden.

3.3 Gambaran Tingkat Pendidikan

Ayah

Gambaran mengenai tingkat pendidikan ayah, diperoleh rincian ;

sebanyak 1 orang (0,8%) tidak sekolah, 15 orang (12,6%) berpendidikan tamat SD dan SLTP, 47 orang (39,5%) tamat SLTA dan 41 orang (34,5%) berpendidikan sarjana. Gambaran distribusi ayah menurut tingkat pendidikan dapat dilihat pada tabel 5 berikut.

Tabel 5. Distribusi Ayah Menurut Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan Ayah Responden	Frekuensi	%
Tidak Sekolah	1	0,8
Tamat SD	15	12,6
Tamat SLTP	15	12,6
Tamat SLTA	47	39,5
Tamat PT	41	34,5
Total	119	100,0

Tabel 5 di atas terlihat bahwa sebagian besar ayah responden berpendidikan tamat SLTA, yaitu 47 orang (39,5%), dan terdapat 1 orang (0,8%) ayah responden yang berstatus tidak sekolah.

4. Gambaran Tingkat Pendidikan Ibu

Gambaran mengenai tingkat pendidikan ibu responden, diperoleh

rincian ; 12 orang (10,1%) tamat SD, 14 orang (11,8%) tamat SLTP, 53 orang (44,5%) tamat SLTA dan 40 orang (33,6%) sarjana. Gambaran distribusi ibu responden menurut tingkat pendidikan dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

Tabel 6. Distribusi Ibu Responden Menurut Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan Ibu Responden	Frekuensi	%
Tamat SD	12	10,1
Tamat SLTP	14	11,8
Tamat SLTA	53	44,5
Tamat PT	40	33,6
Total	119	100,0

Tabel 6 di atas terlihat bahwa sebagian besar ibu responden juga berpendidikan tamat SLTA, yaitu 53 orang (44,5%), diikuti berturut-turut tamat PT (33,6%), tamat SLTP (11,8%) dan tamat SD (10,1%).

5. Gambaran Jenis Pekerjaan Ayah

Gambaran mengenai jenis pekerjaan ayah responden, diperoleh rincian ; 2 orang (1,7%) tidak bekerja, 29 orang

(24,4%) bekerja sebagai PNS, 4 orang (3,4%) bekerja sebagai TNI/Polri, 2 orang sebagai petani (1,7%), 12 orang (10,1 %) sebagai buruh, 50 orang (42,0 %) bekerja sebagai wiraswasta dan lain-lain sebanyak 20 orang (16,8%).

Gambaran distribusi ayah responden menurut jenis pekerjaan juga dapat dilihat pada tabel 7 berikut.

Tabel 7. Distribusi Ayah Responden Menurut Jenis Pekerjaan

Jenis Pekerjaan Ayah Responden	Frekuensi	%
Tidak bekerja	2	1,7
PNS	29	24,4
TNI/Polri	4	3,4
Petani	2	1,7
Buruh	12	10,1
Wiraswasta	50	42,0
Lain-lain	20	16,8
Total	119	100,0

Tabel 7 di atas terlihat bahwa sebagian besar ayah responden bekerja sebagai wiraswasta, yaitu 50 orang (42,0%), dan terdapat juga 2 orang (1,7%) ayah responden yang tidak bekerja.

7. Gambaran Jenis Pekerjaan Ibu

Gambaran mengenai jenis pekerjaan ibu, diperoleh rincian;

sebanyak 67 orang (56,3%) tidak bekerja, 29 orang (23,4%) PNS, 19 orang (16,0%) wiraswasta, dan 4 orang (3,4%) bekerja lain-lain. Gambaran distribusi ibu responden menurut jenis pekerjaan dapat dilihat pada tabel 8 berikut.

Tabel 8. Distribusi Ibu Responden Menurut Jenis pekerjaan

Jenis Pekerjaan Ibu Responden	Jumlah	%
Tidak bekerja	67	56,3
PNS	29	24,4
Wiraswasta	19	16,0
Lain-lain	4	3,4
Total	119	100,0

Tabel 8 di atas terlihat bahwa sebagian besar ibu responden tidak bekerja, yaitu 67 orang (56,3%).

7. Gambaran Jumlah Anggota Keluarga

Gambaran mengenai jumlah anggota keluarga responden, diperoleh rincian ; sebanyak 57 orang (47,9%)

dengan jumlah anggota keluarga kecil atau sama dengan 4 orang dan 62 orang (52,1%) dengan jumlah anggota keluarga lebih dari 4 orang. Gambaran jumlah anggota keluarga responden dapat dilihat pada tabel 9 berikut.

Tabel 9. Distribusi Responden Menurut Jumlah Anggota Keluarga

Jumlah Anggota Keluarga	Frekuensi	%
4	57	47,9
> 4	62	52,1
Total	119	100,0

Tabel 9 di atas terlihat bahwa tidak jauh berbeda persentase keluarga dengan jumlah anggota kurang atau sama dengan 4 dan jumlah anggota lebih dari 4.

8. Gambaran Pola Sarapan Pagi

8.1 Status Sarapan Pagi Responden di Rumah

Gambaran mengenai status sarapan pagi responden di rumah, dari

119 anak, diperoleh rincian ; 81 orang (68,1%) sarapan pagi dirumah sebelum berangkat ke sekolah dan 38 orang (31,9%) tidak sarapan pagi di rumah sebelum berangkat ke sekolah. Gambaran status sarapan pagi responden di rumah juga dapat dilihat pada tabel 10 berikut.

Tabel 10. Distribusi Responden Menurut Status Sarapan Pagi Di Rumah

Status Sarapan Pagi	Frekuensi	%
Iya	81	68,1
Tidak	38	31,9
Total	119	100,0

Tabel 10 di atas terlihat bahwa sebagian besar responden, yaitu 81 orang (68,1%) melakukan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah. Sisanya, 38 orang (31,9%) tidak sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah.

8.2 Frekuensi Sarapan Pagi Di Rumah

Dalam Seminggu

Gambaran mengenai frekuensi sarapan pagi di rumah dalam seminggu, dari

119 responden, diperoleh rincian ; 35 orang (43,2%) sarapan pagi di rumah lebih atau sama dengan 5 kali seminggu, 28 orang (34,6%) dengan frekuensi 3-4 kali seminggu dan 18 orang (22,2%) dengan frekuensi kurang dari 3 kali seminggu. Gambaran frekuensi sarapan pagi responden di rumah dalam seminggu juga dapat dilihat pada tabel 11 berikut.

Tabel 11. Distribusi Responden Menurut Frekuensi Sarapan Pagi Di Rumah Dalam Seminggu

Frekuensi Sarapan Pagi Dalam Seminggu	Frekuensi	%
>= 5 kali	35	43,2
3 – 4 kali	28	34,6
< 3 kali	18	22,2
Total	81	100,0

Tabel 11 di atas terlihat bahwa sebagian besar responden (43,2%) sarapan pagi di rumah dalam seminggu lebih atau sama dengan 5 kali, hanya 22,2% responden yang sarapan pagi di rumah kurang dari 3 kali dalam seminggu.

8.3 Susunan Menu Sarapan Pagi Di Rumah

Gambaran mengenai susunan menu sarapan pagi di rumah, dari 81 orang responden yang sarapan pagi, diperoleh rincian ; sebanyak 21 orang (26,2%)

sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari makanan pokok + lauk + sayur/buah + lain-lain, 45 orang (56,2%) yang sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari makanan pokok + lauk, 10 orang (12,5%) yang sarapan pagi hanya terdiri dari makanan pokok dan 4 orang (5,0%) yang melakukan sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari lain-lain. Gambaran susunan menu sarapan pagi responden di rumah juga dapat dilihat pada tabel 12 berikut.

Tabel 12. Distribusi Responden Menurut Susunan Menu Sarapan Pagi Di Rumah

SusunanMenuSarapanPagi	Frekuensi	%
Makananpokok+lauk+sayur/buah+dll	21	26,2
Makananpokok+lauk	45	56,2
Makananpokok	11	12,5
Lain-lain	4	5,0
Total	81	100,0

Tabel 12 di atas terlihat bahwa sebagian besar responden (56,2%) sarapan pagi di rumah hanya terdiri dari makanan pokok dan lauk, tanpa sayur dan atau buah, bahkan ada responden yang sarapan paginya hanya terdiri dari makanan pokok saja, yaitu berjumlah 11 orang (12,5%).

8.9 Alasan Responden Tidak Sarapan Pagi Di Rumah

Gambaran mengenai alasan responden tidak sarapan pagi di rumah, dari 38 orang, diperoleh rincian ;

masing-masing 9 orang (23,7%) tidak sarapan pagi dengan alasan tidak sempat, terburu-buru ke sekolah dan merasa belum lapar. Yang lainnya 2 orang (5,3%) tidak sarapan dengan alasan tidak menyukai makanan yang disediakan keluarga, 8 orang (21,1%) dengan alasan makanan tidak tersedia. Gambaran alasan responden tidak sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah juga dapat dilihat pada tabel 13 berikut.

Tabel 13. Distribusi Responden Menurut Alasan Tidak Sarapan Pagi Di Rumah

Alasan Tidak Sarapan Pagi	Jumlah	%
Tidaksempat	9	23,7
Buru-burukesekolah	9	23,7
Belumlapar	9	23,7
Tidaksukamakanankeluarga	2	5,3
Makanantidaktersedia	8	21,1
Lain-lain	1	2,6
Total	38	100,0

Tabel 13 di atas terlihat bahwa ada beberapa alasan responden dengan jumlah yang sama yaitu masing-masing 9 orang (23,7%) dengan alasan tidak sempat, buru-buru ke sekolah dan merasa belum lapar. Cukup besar juga jumlahnya responden yang tidak

sarapan pagi di rumah dengan alasan makanan tidak tersedia yaitu 8 orang (21,1%).

8. 10 Status Sarapan Pagi Responden di Sekolah

Gambaran mengenai status sarapan pagi responden di sekolah, dari

38 orang responden yang tidak sarapan pagi di rumah, setelah diajukan pertanyaan lanjutan diperoleh hasil dengan rincian ; sebanyak 8 orang (21,1%) responden yang sarapan pagi

di sekolah sebelum masuk kelas dan 30 orang (78,9%) yang tidak sarapan pagi di sekolah. Gambaran status sarapan pagi responden di sekolah juga dapat dilihat pada tabel 14 berikut.

Tabel 14. Distribusi Responden Menurut Status Sarapan Pagi Di Sekolah

Status Sarapan Pagi	Frekuensi	%
Ya	8	21,1
Tidak	30	78,9
Total	38	100,0

Tabel 14 di atas terlihat bahwa sebagian besar responden yang tidak sarapan di rumah, juga tidak sarapan di sekolah yaitu 30 orang (78,9%).

3.5.1. Frekuensi Sarapan Pagi Di Sekolah Dalam Seminggu

Gambaran mengenai frekuensi sarapan pagi responden di sekolah dalam seminggu, dari 8 responden, diperoleh rincian ; sebanyak 5 orang

(62,5%) sarapan pagi lebih atau sama dengan 5 kali dalam seminggu, 2 orang (25,0%) sarapan di sekolah dengan frekuensi 3-4 kali seminggu dan hanya 1 orang (12,5%) dengan frekuensi sarapan kurang dari 3 kali seminggu. Gambaran frekuensi sarapan pagi responden di sekolah dalam seminggu juga dapat dilihat pada tabel 15 berikut.

Tabel 15. Distribusi Responden Menurut Frekuensi Sarapan Pagi Di Sekolah Dalam Seminggu

Frekuensi Sarapan Pagi Dalam Seminggu	Frekuensi	%
5 kali	5	62,5
3-4 kali	2	25,0
<3 kali	1	12,5
Total	8	100,0

Tabel 15 di atas terlihat bahwa dari 8 orang anak yang sarapan pagi di sekolah, sebagian besar (62,5%) dengan frekuensi dalam seminggu lebih atau sama dengan 5 kali, hanya 1 orang (12,5%) responden yang sarapan pagi di sekolah kurang dari 3 kali dalam seminggu.

3.3 Susunan Menu Sarapan Pagi Di Sekolah

Gambaran mengenai susunan menu sarapan pagi di sekolah, dari 8 orang responden diperoleh rincian; 2 orang

(25,0%) sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari makanan pokok + lauk + sayur/buah + lain-lain, 3 orang (37,5%) sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari makanan pokok + lauk, 2 orang (25,0%) yang melakukan sarapan pagi hanya terdiri dari makanan pokok dan 1 orang (12,5%) yang melakukan sarapan pagi dengan susunan menu terdiri dari lain-lain. Gambaran susunan menu sarapan pagi responden di sekolah juga dapat dilihat pada tabel 16 berikut.

Tabel 16. Distribusi Responden Menurut Susunan Menu Sarapan Pagi Di Sekolah

Susunan Menu Sarapan Pagi	Jumlah	%
Makanan pokok + lauk + sayur/buah + dll	2	25,0
Makanan pokok + lauk	3	37,5
Makanan pokok	2	25,0
Lain-lain	1	12,5
Total	8	100,0

Tabel 16 di atas terlihat bahwa hampir sama jumlah dan persentase responden yang melakukan sarapan pagi di sekolah dengan susunan menu yang berbeda-beda.

9. Kategori Pola Sarapan Pagi Responden

Sesuai kriteria objektif yang telah ditetapkan, maka gambaran mengenai kategori pola sarapan pagi responden baik di rumah maupun di sekolah dengan rincian; dari sebanyak 119 responden yang melakukan sarapan pagi, hanya 14 orang (11,8%) yang tergolong kategori baik, sebanyak 43

orang (36,1%) tergolong pola sarapan pagi cukup dan 62 orang (52,1%) dengan kategori pola sarapan kurang.

Gambaran kategori pola sarapan pagi responden juga dapat dilihat pada tabel 16 berikut.

Tabel 16. Distribusi Responden Menurut Kategori Pola Sarapan Pagi

Kategori Pola Sarapan Pagi Responden	Frekuensi	%
Baik	14	11,8
Cukup	43	36,1
Kurang	62	52,1
Total	119	100,0

Tabel 16 di atas terlihat bahwa sebagian besar responden (52,1%) tergolong kategori pola sarapan pagi kurang, hanya 11,8% responden yang tergolong pola sarapan pagi baik.

10. Gambaran Status Gizi Responden

Gambaran mengenai status gizi responden yang dinilai secara antropometri menggunakan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U),

diperoleh hasil; dari 119 responden, diperoleh rincian ; 8 orang (6,7%) dengan status gizi sangat kurus, 16 orang (13,4%) dengan status gizi kurus, 70 orang (58,8 %) dengan status gizi normal, 15 orang (12,6%) dengan status gizi gemuk dan 10 orang (8,4%) dengan status gizi obesitas. Gambaran status gizi responden juga dapat dilihat pada tabel 17 berikut.

Tabel 17. Distribusi Responden Menurut Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	%
Sangat kurus	8	6,7
Kurus	16	13,4
Normal	70	58,8
Gemuk	15	12,6
Obesitas	10	8,4
Total	119	100,0

Tabel 17 di atas terlihat bahwa walaupun sebagian besar responden berstatus gizi normal, yaitu 70 orang (58,8%), namun cukup banyak ditemukan responden dengan status gizi kurus (13,4%) dan sangat kurus (6,7%). Sebaliknya ditemukan responden dengan status gizi lebih, yaitu gemuk 15 orang (12,6%) dan obesitas 10 orang (8,4%).

11. Hubungan Pola Sarapan Pagi dengan Status Gizi

Mengenai hubungan pola sarapan pagi dengan status gizi responden dapat diuraikan sebagai berikut. Dari 14 responden dengan kategori pola sarapan pagi baik; ditemukan 1 orang (7,1%) dengan status gizi kurus, 12 orang (85,7%) dengan status gizi normal dan 1 orang (7,1%) dengan status gizi gemuk.

Tidak ditemukan (0,0%) responden dengan status gizi sangat kurus dan obesitas. Dari 43 responden dengan kategori pola sarapan cukup; ditemukan masing-masing 4 orang (9,3%) dengan status gizi sangat kurus, kurus dan obesitas. Ditemukan 25 orang (58,1%) responden dengan status gizi normal dan 6 orang (14,0%) dengan status gizi gemuk. Dari 62 responden dengan kategori pola sarapan pagi kurang; ditemukan 4 orang (6,5%) dengan status gizi sangat kurus, 11 orang (17,7%) dengan status gizi kurus, 33 orang (53,2%) dengan status gizi normal, 8 orang (12,9%) dengan status gizi gemuk dan 6 orang (9,7%) dengan status gizi obesitas. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 18 berikut.

Tabel 18. Hubungan pola sarapan pagi dengan status gizi

Pola sarapan	Status gizi					Total (%)
	SK (%)	K (%)	N (%)	G (%)	O (%)	
Baik	0 (0,0)	1 (7,1)	12 (85,7)	1 (7,1)	0 (0,0)	14 (100)
Cukup	4 (9,3)	4 (9,3)	25 (58,1)	6 (14,0)	4 (9,3)	43 (100)
Kurang	4 (6,5)	11 (17,7)	33 (53,2)	8 (12,9)	6 (9,7)	62 (100)
Jumlah	8 (6,7)	16 (13,4)	70 (58,8)	15 (12,6)	10 (8,4)	119 (100)

Keterangan : SK (sangat kurus), K (kurus), N (normal), G (gemuk) dan O (obesitas)

Tabel 18 di atas menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin baik pola sarapan pagi semakin baik pula status gizi (semakin tinggi persentase responden dengan status gizi normal). Begitu juga sebaliknya, semakin kurang baik pola sarapan pagi semakin tinggi ditemukan persentase responden yang kurang gizi (sangat kurus dan kurus).

Hasil uji statistik dengan menggunakan “*Pearson Chi-Square*”

pada kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) *degree of freedom* 8, diperoleh nilai X^2 hitung (6,977) lebih kecil dari X tabel (6,977 < 15,507). Artinya hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nihil (H_o) diterima. Interpretasi: tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola sarapan pagi dengan status gizi pada anak Sekolah Dasar (SD) kelas VI se Kelurahan Limba U-2 Kota Selatan Gorontalo.

KESIMPULAN

1. Gambaran karakteristik umur orang tua responden; sebagian besar ayah pada kelompok umur 40-44 tahun, dan ibu pada kelompok umur 34-38 tahun.
 2. Gambaran karakteristik tingkat pendidikan orang tua responden; baik ayah maupun ibu, sebagian besar berpendidikan tamat SLTA.
 3. Gambaran karakteristik jenis pekerjaan orang tua responden; sebagian besar ayah bekerja sebagai wiraswasta, sedangkan ibu sebagian besar tidak bekerja.
 4. Gambaran karakteristik jumlah anggota keluarga responden; hampir sama persentasenya keluarga dengan jumlah anggota 4 dengan jumlah anggota keluarga > 4.
 5. Gambaran pola sarapan pagi responden; sebagian besar tergolong kategori pola sarapan pagi kurang baik, hanya sebagian kecil tergolong pola sarapan pagi baik.
 6. Gambaran status gizi responden; 58,8% berstatus gizi normal, 13,4% status gizi kurus, 6,7% sangat kurus, 12,6% status gizi lebih dan 8,4% gemuk.
- Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola sarapan pagi dengan status gizi pada anak Sekolah Dasar (SD) kelas VI se Kelurahan Limba U-2 Kota Selatan Gorontalo.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsir S., 2001, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Cetakan ke VII. Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Almatsir S. dkk, 2011, *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Aritonang I., 2011, *Kebiasaan Makan & Gizi Seimbang*,. Penerbit Leutika, Yogyakarta
- Arisman, 2010, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Badan Litbangkes Depkes, 2007, *Laporan Riset Kesehatan Dasar 2007*, Jakarta
- Hartono A., 2006, *Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit*, Edisi-2, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Irianto Dj.P., 2007, *Panduan Gizi Lengkap*. Penerbit CV. Andi Offset, Yogyakarta
- Khomsan A., 2006. *Solusi Makanan Sehat*. Edisi Pertama, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Sediaoetama A.D., 2010, *Ilmu Gizi*, Cetakan Kesembilan, Penerbit PT. Dian Rakyat, Jakarta
- Suandi I.K.G., 1999, *Diit pada Anak Sakit*, Cetakan I, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Supariasa dkk., 2002, *Penilaian Status Gizi*, Cetakan I, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- [Www.riskedas.litbang.depkes.go.id](http://www.riskedas.litbang.depkes.go.id).
Tabel Hasil Riset Kesehatan Dasar 2010, Litbangkes Jakarta