

## Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat

Yulia Octaviani, Kurnia Rachmawati, Eka Santi

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

Email Korespondensi: yuliaoctaviani88@gmail.com

### ABSTRAK

Di Indonesia masih tinggi masyarakat yang belum membiasakan sarapan, laporan Riskesdas 2010 menyatakan 16,9%- 50% anak usia sekolah di Indonesia belum terbiasa sarapan pada konsumsi makanan sebanyak 35.000 anak sekolah dasar 26,1% anak sarapan dengan minuman dan sebanyak 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15% angka kecukupan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Penelitian ini menggunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua siswa kelas 4 dan 5 dengan sampel berjumlah 44 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Analisis data menggunakan uji korelasi spearman rho. Hasil penelitian ini menemukan tidak ada hubungan yang signifikan antar jenis kelamin ( $p=0,509$ ), pendidikan ibu ( $p=0,117$ ), pekerjaan ibu ( $p=0,954$ ), dorongan keluarga ( $p=0,441$ ), ketersediaan sarapan dirumah ( $p=0,614$ ), teman sebaya ( $p=0,398$ ), uang saku ( $p=0,979$ ) dengan kebiasaan sarapan.

**Kata Kunci:** anak usia sekolah, faktor, kebiasaan sarapan

### ABSTRACT

*In Indonesia, a lot of people aren't used to having breakfast, report Riskesdas 2010 16,9%-50% school-age children in Indonesia weren't used to having breakfast, consumption of 35.000 elementary school-age children 26,1% of drink for breakfast and 44,6% had less than 15% nutritional adequacy rate of energy intake. The purpose of this study was analyze factors related to breakfast habit of students in SDN Sungai Rangas Hambuku, West Martapura. The present study used descriptive correlational research design with cross sectional approach. Research population were all 4<sup>th</sup> and 5<sup>th</sup> grade students with sample of 44 respondents collected technique with proportional stratified random sampling. Analysis data used spearman rho correlation. Results this study found there was no significant relation between gender ( $p=0.509$ ), education of mother ( $p=0.117$ ), occupation of mother ( $p=0.954$ ), family encouragement ( $p=0.441$ ), availability of breakfast at home ( $p=0.614$ ), peer ( $p=0.398$ ), allowance ( $p=0.979$ ) to breakfast habit.*

**Keywords:** school-age child, factor, breakfast habit

**Cite this as :** Octaviani Y., Rachmawati K., Santi E.. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Dunia Keperawatan. 2020;8(1):101-112.

### PENDAHULUAN

Sarapan pagi merupakan salah satu tindakan terpenting menu utama makan dan minum seseorang sebelum melaksanakan kegiatan jasmani. Sarapan pagi biasanya dimulai pada saat bangun tidur hingga pukul 09.00 pagi. Sarapan pagi yang efektif mencakup 15-30% pada angka kebutuhan gizi harian untuk membentuk tubuh yang aktif, pola hidup sehat, dan kecerdasan (1). Sarapan yang

efektif mencakup dari makanan yang berasal melalui zat tenaga, zat pengatur, dan zat pembangun. Membuat daftar makanan juga harus diingatkan tentang kecukupan zat makanan yang terkandung dalam makanan tersebut terutama protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral (2). Keseimbangan elemen zat makanan secara keseluruhan anak usia sekolah yang ditentukan dalam sehari-hari berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS)

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Sarapan Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>N</b>	<b>(%)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	23	52,3
Perempuan	21	22,7
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Pendidikan Ibu</b>		
Dasar (SD/SMP/Sederajat)	32	72,7
Menengah (SMA/SMK/Sederajat)	9	20,5
Tinggi (Perguruan Tinggi S1)	3	6,8
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Pekerjaan Ibu</b>		
Tidak Bekerja	23	52,3
Bekerja	21	47,7
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Dorongan Keluarga</b>		
Tidak Berpengaruh	9	20,5
Berpengaruh	35	79,5
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Ketersediaan Sarapan dirumah</b>		
Baik	2	4,5
Cukup	16	36,4
Kurang	26	59,1
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Teman Sebaya</b>		
Tidak Berpengaruh	4	9,1
Berpengaruh	40	90,9
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Uang Saku</b>		
Rendah	7	15,9
Tinggi	37	84,1
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>
<b>Kebiasaan Sarapan</b>		
Baik	38	86,4
Sedang	5	11,4
Kurang	1	2,3
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100,0</b>

mencakup protein sekitar 15% karbohidrat 50-60%, dan lemak sekitar 25%, sehingga

keseimbangan sudah termasuk dalam pemenuhan sarapan pagi (3).

Tabel 1.2 Analisis Hubungan Jenis Kelamin dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Jenis Kelamin</b>								
Laki-laki	19	82,6%	4	17,4%	0	0,0%	23	0,509
Perempuan	19	90,5%	1	4,8%	1	4,8%	21	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Bagi siswa bahwa dalam aspek pemenuhan sarapan pagi merupakan peningkatan prestasi serta konsentrasi siswa dalam belajar, melindungi kualitas gizi yang dapat menyebabkan resiko obesitas, mengurangi anemia dan sarapan pagi juga sangat bermanfaat dalam meningkatkan kekuatan tubuh pada anak hingga anak-anak yang membiasakan makan pagi anak tidak mudah sakit (4). Melewatkan sarapan pagi tentunya membawa dampak pada tubuh menjadi lemas, lemah, pusing, penurunan daya pikir, dan pingsan (5). Selain itu tubuh juga akan kekurangan glukosa (6).

Laporan Riskesdas 2010 menunjukkan prevalensi kurus (IMT/u) nasional terhadap anak usia sekolah 6-12 th sebanyak 12,2% yang meliputi 7,6% kurus dan 4,6% kurus sekali. Berdasarkan prevalensi nasional anak pendek (kerdil) pada umur 6-18 tahun terbilang banyak yakni di atas 3%. Prevalensi anak pendek menggambarkan munculnya kejadian gizi

kurang yang akan membahayakan mereka di masa depan. Hasil tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2013 dari 9,2% menjadi 18,8%. Status gizi lebih selalu dikaitkan dengan meninggalkan sarapan dipagi hari (7). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 26 % anak Indonesia hanya mengkonsumsi minuman pada waktu sarapan, baik air putih, teh atau susu.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gemily (2015) (8) ada sejumlah faktor yang berhubungan terhadap kebiasaan sarapan kepada anak sekolah yaitu jenis kelamin, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dorongan keluarga, ketersediaan sarapan dirumah, teman sebaya dan uang saku. Namun hasil penelitian tersebut bertentangan kepada penelitian dari Yunawati (2015) (9) yang menyatakan bahwa faktor-faktor tersebut tidak berhubungan terhadap kebiasaan sarapan pada siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut dilakukan di Kota

Tabel 1.3 Analisis Hubungan Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Pendidikan Ibu</b>								
Dasar (SD-SMP)	29	90,6%	2	6,3%	1	3,1%	32	0,117
Menengah (SMA/SMK/Sederajat)	8	88,9%	1	11,1%	0	0,0%	9	
Tinggi (Perguruan Tinggi S1)	1	33,3%	2	66,7%	0	0,0%	3	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Tabel 1.4 Analisis Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Pekerjaan Ibu</b>								
Tidak Bekerja (IRT)	20	87,0%	2	8,7%	1	4,3%	23	0,954
Bekerja (Swasta, Petani, Wirausaha, PNS)	18	85,7%	3	14,3%	0	0,0%	21	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Semarang karena kebiasaan dan kualitas sarapan anak usia sekolah di beberapa sekolah dasar masih rendah. Selain itu faktor-faktor ini penting untuk diperhatikan karena membiasakan sarapan adalah salah satu pesan umum gizi seimbang, sehingga mengetahui faktor-faktor terkait dengan sarapan ini dapat membantu orang tua mewujudkan kebiasaan sarapan dan gizi seimbang untuk anak.

Peneliti melakukan Studi Pendahuluan di SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat dengan melakukan wawancara kepada 10 orang siswa didapatkan hasil bahwa kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah masih rendah yaitu anak jarang melakukan sarapan dirumah sebelum berangkat sekolah, peneliti melakukan wawancara terkait kebiasaan sarapan serta menggali faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya yang menyebabkan anak melewatkan sarapan. Wawancara ini terbagi menjadi 2 yaitu 5 orang siswa

dengan jenis kelamin laki-laki dan 5 orang berjenis kelamin perempuan, siswa dengan pendidikan terakhir orang tua 3 orang SMP, 5 orang SMA dan 2 orang S1 perguruan tinggi, pekerjaan orang tua siswa 5 orang siswa memiliki pekerjaan orang tuanya sebagai swasta, 3 orang petani, dan 2 orang PNS, dari 10 siswa tersebut 5 orang sering makan disekolah, 5 orang kadang-kadang dirumah atau disekolah karena ketersediaan orang tua mereka menyiapkan sarapan dirumah dan jenis sarapan yang sering disediakan yaitu kualitasnya kurang berupa nasi, telur, air putih saja, laukpauk ketika sarapan terkadang tak berubah yakni selalu telur lantaran orang tuanya kerap menyediakan telur dalam sarapan pagi, 10 orang siswa tersebut selalu jajan disekolah bersama kelompok teman bermainnya berupa es, chiki dan kue-kue yang ada di halaman sekolah. Kebanyakan uang saku siswa dimanfaatkan guna berbelanja jajan yang ada pada halaman sekolah serta ditabung yang dikelola oleh guru kelasnya.

Tabel 1.5 Analisis Hubungan Dorongan keluarga dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Dorongan Keluarga</b>								
Tidak Berpengaruh	7	77,6%	2	22,2%	0	0,0%	9	0,441
Berpengaruh	31	88,7%	3	8,6%	1	2,9%	35	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Tabel 1.6 Analisis Hubungan Ketersediaan Sarapan di Rumah dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Ketersediaan Sarapan Dirumah</b>								
Baik								
Cukup								
Kurang	2	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	2	0,614
	14	87,5%	2	12,5%	0	0,0%	12	
	22	84,6%	3	11,5%	1	3,8%	26	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Laporan penjarangan anak sekolah UPT Puskesmas Martapura Barat Tingkat Kabupaten Banjar tahun 2017 menunjukkan data status gizi SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat memiliki nilai status gizi yaitu normal 13,4%, gemuk 0%, kurus 34,7%, kurus sekali 52,1%. Nilai status gizi kurus sekali pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat menduduki nilai peringkat tertinggi dari 23 tingkat sekolah dasar yang berbeda-beda di wilayah Martapura Barat. Berdasarkan fakta dilapangan wawancara studi pendahuluan, peneliti tertarik meneliti siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat sebagai lokasi penelitian dikarenakan siswa sekolah dasar tersebut kebiasaan sarapannya masih sangat rendah dan tingginya angka status gizi anak kurus sekali.

### METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan model pendekatan cross sectional agar melihat hubungan antar 2 variabel atau banyak terhadap penilaian atau mengamati data variabel dependen dan independen didalam sekali pada waktu yang bersamaan. Pada populasi penelitian ini ialah semua siswa kelas 4 dan 5 di SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat dengan total 50 anak siswa. Sampel dipilih menggunakan teknik *probability sampling* menggunakan *proportional stratified random sampling* sampel ditentukan dengan kesesuaian kriteria inklusi yaitu siswa kelas 4 dan 5 SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat, sehat jasmani dan dapat berkomunikasi dan mau ikut berpartisipasi dalam penelitian sedangkan eksklusi yaitu siswa yang sedang dalam jam pembelajaran dan siswa yang sedang sakit atau tidak masuk sekolah yang dimasukkan

Tabel 1.7 Analisis Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Teman Sebaya</b>								
Tidak Berpengaruh	3	75,0%	0	0,0%	1	25,0%	4	0,398
Berpengaruh	35	87,5%	5	12,5%	0	0,0%	40	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

Tabel 1.8 Analisis Hubungan Uang Saku dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat.

Variabel	Kebiasaan Sarapan						N	p-value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	N	%		
<b>Uang Saku</b>								
Rendah	6	85,7%	1	14,3%	0	0,0%	7	0,979
Tinggi	32	86,5%	4	10,8%	1	2,7%	37	
<b>Total</b>	38	86,4%	5	11,4%	1	2,3%	44	

dalam penelitian dalam waktu tertentu dan didapatkan responden sebanyak 44 siswa.

Instrumen pada penelitian responden mengisi identitas diri, mengisi kuesioner kebiasaan sarapan dan mengisi kuesioner faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan yang akan dilanjutkan dari penelitian sebelumnya dengan r-tabel 0,444 dan nilai alpha 0,758 didapatkan keputusan uji validitas pada nilai angket lebih besar yang artinya kuesioner tersebut valid. Data pada penelitian tersebut dikumpul melalui data utama yang terdiri pada karakteristik responden dalam mengisi instrumen dan data sekunder yang terdiri dari gambaran umum SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat secara keseluruhan dan catatan laporan status gizi anak usia sekolah di UPT Puskesmas Martapura Barat. Data dianalisis pada penelitian menggunakan analisis univariat dalam melihat hasil distribusi frekuensi dan persentase yang telah dianalisis dari setiap variabel dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *spearman rho* untuk mengetahui hubungan terhadap 2 variabel ataupun banyak yang telah diamati terhadap tingkat signifikansi (0,05).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian didapatkan bahwa sebagian besar siswa-siswi SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat yaitu jenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang (52,3%), pendidikan terakhir yang ditamatkan oleh ibu sebagian besar ditingkat dasar (SD/SMP/Sederajat) yaitu

sebanyak 32 orang (72,7%), pekerjaan ibu sebagian besar tidak bekerja (IRT) sebanyak 23 orang (52,3%), dorongan keluarga sangat berpengaruh dalam kebiasaan sarapan siswa sebanyak 35 orang (79%), ketersediaan sarapan dirumah masih kurang yaitu sebanyak 26 orang (59%), teman sebaya cenderung paling berpengaruh terhadap kebiasaan sarapan anak yaitu sebanyak 40 orang (90,9%), uang saku pada sebagian responden mempunyai jumlah uang saku yang tinggi yakni 37 orang (84,1%) dan kebiasaan sarapan baik pada siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura barat sebanyak 38 orang (86,4%).

Berdasarkan Tabel 1.2 Analisis hasil statistik korelasi memakai uji *spearman rho* diperoleh nilai  $p=0,509$  tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Hasil tersebut sependapat dalam penelitian yang dibuat dari Senanayake (2008) (10) mengatakan bahwa kebiasaan sarapan antara laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan terhadap proporsinya (1:1). Hasil ini didukung kembali oleh Puji (2011) (11) yang menemukan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin pola kebiasaan sarapan. Namun hasil tersebut tak serupa pada penelitian yang dibuat dari Artiningrum (2018) (12) menerangkan dalam jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap kebiasaan sarapan siswa.

Salah satu penyebab perbandingan jenis kelamin dalam mengonsumsi sarapan yaitu dikarenakan keinginan anak perempuan dalam mengontrol berat badan sehingga anak laki-laki lebih rutin dalam membiasakan sarapan dari pada anak perempuan. Perbedaan sifat konsumtif pada anak laki-laki dan perempuan dapat terjadi karena adanya faktor jenis kelamin sehingga kebutuhan gizi dan energy laki-laki dan perempuan pun berlawanan dikarenakan akibat tumbuh dan kembang anak laki-laki dan perempuan mempunyai perbandingan, yang mana laki-laki mempunyai massa otot yang makin besar ketimbang perempuan (13).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat menyatakan anak perempuan lebih mempunyai perilaku yang baik dalam kebiasaan sarapan yaitu 90,5% sedangkan laki-laki sebanyak 82,6%. Namun pada hasil penelitian, pengetahuan terkait gizi antara anak laki-laki dan perempuan perbandingannya tak jauh berbeda pada saat pengisian kuesioner, bertambahnya pengetahuan tersebut disebabkan adanya pengetahuan siswa setelah mendapatkan penjelasan dari berbagai informasi baik dari lingkungan sekolah, keluarga, maupun dari masyarakat tempat anak-anak berkegiatan sehingga kebiasaan sarapan antara siswa jenis kelamin laki-laki dan perempuan tidak mempunyai perbandingan yang bermakna.

Berdasarkan Tabel 1.3 Hasil analisis dalam memakai uji statistik korelasi *spearman rho* diperoleh hubungan korelasi yang menyatakan nilai  $p=0,117$  tidak ada hubungan pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Sependapat oleh Yunawati (2015) (9) dalam penelitiannya melaporkan bahwa pendidikan ibu tidak mempengaruhi kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah. Didukung kembali oleh hasil penelitian yang dibuat oleh Aryanti dan Meriska (2012,2014) (14,15) mengatakan bahwa

tidak ada hubungan yang signifikan dengan pendidikan ibu pada kebiasaan sarapan anak. Namun hal ini tidak serupa dalam penelitian yang dibuat dari Gemily (2015) (8) yang menyatakan bahwa terdapatnya hubungan yang signifikan antar jenjang pendidikan ibu terhadap kebiasaan sarapan.

Tidak adanya hubungan tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa bukan hanya diakibatkan oleh pendidikan sebaliknya berupa faktor lain seperti keadaan yang kurang sehat, rendahnya ekonomi keluarga, pemasukan energi dan kurangnya zat gizi, infeksi penyakit, dan fasilitas kesehatan kurang baik (16).

Sebagian besar Ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi akan mudah mendapatkan penjelasan terhadap pentingnya membiasakan sarapan sebelum melakukan aktifitas fisik, sebaliknya jika pendidikan ibu rendah maka ibu kesulitan dalam mendapatkan pengetahuan terhadap pentingnya membiasakan sarapan pagi pada anak (17).

Namun pada hasil penelitian menyatakan bahwa ibu pada tingkat pendidikan dasar cenderung lebih besar dalam kebiasaan sarapan baik yaitu sebesar 90,6%. Hal ini disebabkan mayoritas pendidikan terbesar yang ditamatkan oleh ibu hanya tingkat dasar (SD/SMP/Sederajat) yang disisi lain juga ibu dengan tamat pendidikan dasar lebih banyak menghabiskan waktu dirumah sehingga lebih banyak waktu dalam mengurus kebutuhan rumah tangga.

Berdasarkan Tabel 1.4 Hasil analisis dalam memakai uji statistik korelasi *spearman rho* diperoleh hubungan korelasi yang menyatakan nilai  $p=0,954$  tidak ada hubungan pekerjaan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Hasil ini sependapat penelitian dari Safriana (2012) (18) menyebutkan terhadap pekerjaan ibu tidak ada hubungan yang signifikan dengan kebiasaan sarapan siswa.

Namun hasil tersebut bertentangan penelitian dari Yunawati (2015) (9) menyebutkan bahwasanya pekerjaan ibu memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan sarapan anak sekolah. Dalam demikian diakibatkan ibu yang tidak bekerja (IRT) memperoleh waktu luang ketika menyediakan pilihan makanan kepada anak sekolah, hingga anak bisa sarapan dalam seksama & tak tergesa-gesa.

Hasil penelitian diketahui alasan ibu tidak bekerja dikarenakan pendidikan ibu yang cenderung lebih banyak pendidikan terakhir tamat sekolah dasar (SD) yang sulit bekerja untuk mendapatkan informasi terkait dunia pekerjaan dan sebagian besar ibu dengan status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) lebih fokus mengurus rumah tangga karena mereka merasa bahwa yang lebih pantas untuk mencari nafkah itu adalah suami karena suami merupakan kepala rumah tangga.

Berdasarkan Tabel 1.5 Analisis hasil statistik korelasi memakai uji *spearman rho* didapatkan  $p=0,441$  tidak ada hubungan dorongan keluarga dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Namun hasil ini bertentangan dalam penelitian yang dibuat dari Bryant (2004) (19) yang menyebutkan bahwasanya ada hubungan antar dorongan keluarga terhadap pola kebiasaan sarapan pada anak.

Adanya hubungan dorongan keluarga terhadap kebiasaan sarapan pada anak adalah dikarenakan peran orangtua berdampak dalam tersedianya pangan, pemahaman gizi & zat gizi pangan yang terkandung hingga menjadi pemicu terbentuknya kebiasaan makan anak ialah perilaku ibu didalam keluarga ketika sedang bertanggung jawab mengurus keluarga (20).

Pada penelitian ini memperlihatkan bahwasanya dorongan keluarga yang berpengaruh sebanyak (88,6%) dapat meningkatkan kebiasaan sarapan siswa yang baik ,sedangkan dorongan keluarga

yang tidak berpengaruh dapat menurunkan siswa dalam membiasakan sarapan sebab sarapan atau tidaknya anak bersamaan ada tidaknya dorongan dari keluarga sendiri yang memiliki dampak terhadap kebiasaan.

Berdasarkan Tabel 1.6 Analisis hasil statistik korelasi memakai uji *spearman rho* didapatkan  $p=0,614$  tidak ada hubungan ketersediaan sarapan dirumah dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Hasil ini sependapat dari penelitian Gemily (2015) (8) menerangkan bahwa ketersediaan sarapan dirumah tidak mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kebiasaan sarapan kepada siswa. Namun tidak serupa pada hasil penelitian yang dibuat dari Artiningrum (2018) (12) menyatakan bahwasanya ada hubungan yang signifikan dalam ketersediaan sarapan terhadap kebiasaan sarapan pada siswa.

Ketersediaan sarapan dirumah adalah ada atau tidaknya makanan dipagi hari yang disiapkan oleh ibu atau keluarga lainnya dirumah untuk melengkapi keperluan zat gizi yang meliputi zat pengatur, zat pembangun, zat tenaga (21). Rata-rata pada Indonesia siswa yang melewatkan makan pagi diakibatkan tak tersedianya jenis pangan dirumah, daftar pangan yang bervariasi & enggan tertariknya jenis makanan (22).

Hasil penelitian diketahui ketersediaan sarapan dirumah pada siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat yang masih kurang menunjukkan tidak tersedianya sarapan dirumah yang disediakan oleh ibu dan kualitas makanan yang tidak berganti-ganti atau tidak bervariasi dikarenakan ketersediaan sumber daya yang disebabkan rata-rata pendidikan ibu rendah dan pekerjaan ibu hanya sebatas ibu rumah tangga sehingga menjadi alasan besar kecilnya pendapatan yang mempengaruhi tersedianya bahan pangan dirumah.

Berdasarkan Tabel 1.7 Analisis hasil statistik korelasi memakai uji *spearman rho* didapatkan  $p=0,398$  tidak ada hubungan teman sebaya dengan kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Dalam keadaan tersebut serupa oleh penelitian dari Saifah (2011) (23) yang juga menyebutkan bahwasanya teman sebaya tidak berhubungan dengan perilaku kebiasaan sarapan dan gizi anak usia sekolah dasar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa teman sebaya bukan memberikan contoh dengan baik dalam tingkah laku gizi anak usia sekolah.

Namun dalam hasil tak serupa terhadap penelitian yang dibuat dari Prisca (2018) (24) yang menyebutkan bahwasanya ada hubungan yang bermakna antar pengaruh teman sebaya pada perilaku konsumsi jajanan.

Teman sebaya ataupun teman sepermainan ialah sekumpulan manusia yang seumuran dan memiliki komunitas individual yang serupa, diantaranya teman sekolah maupun teman bekerja. Diantara manfaat sekumpulan teman sebaya yang begitu berpengaruh ialah pemberian sesuatu sumber informasi & perbedaan terkait dunia luar kecuali pada keluarga. Anak-anak mendapatkan tanggapan terkait potensi-potensi mereka dalam perkumpulan teman sebaya. Mengkritik apakah yang mereka kerjakan semakin bagus, selaras aja ataupun sangat buruk oleh yang dikerjakan pada anak-anak lainnya (25).

Penelitian hasil ini menyatakan bahwasanya teman sebaya yang mempengaruhi dalam kebiasaan sarapan baik (87,5%) sedangkan teman sebaya yang tidak berpengaruh terhadap kebiasaan sarapan baik (75,0%). Pada hasil analisis menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan, meskipun kecendrungan responden mempunyai teman bermain, akan tetapi pada perihal pemilihan makanan disekolah atas dasar kebutuhan dasar responden. Tampaknya ini

disebabkan responden enggan mempunyai paksaan dalam menyamakan perilakunya tergolong ketika hal menentukan makanan supaya tidak ditolak ketika bergaul, hingga responden mandiri menentukan pemilihan makanan yang disukainya.

Berdasarkan Tabel 1.8 Hasil analisis hasil statistik korelasi memakai uji *spearman rho* diperoleh  $p=0,979$  tidak terdapat hubungan uang saku terhadap kebiasaan sarapan siswa SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. Di dukung oleh hasil penelitian Hermina (2009) (26) juga menyebutkan bahwasanya tidak ditemukan hubungan pada jumlah uang saku terhadap kebiasaan sarapan, bahwasanya uang saku tidak menjadi pemicu munculnya dalam kebiasaan sarapan. Sehingga yang menerangkan adanya hubungan kebiasaan sarapan dengan uang saku tergantung ada atau tidaknya makanan dirumah pada pagi hari.

Akan tetapi keadaan tersebut bertentangan pada penelitian hasil yang dibuat dari Artiningrum (2018) (12) yang menyebutkan bahwasanya ada hubungan yang bermakna antar uang saku terhadap kebiasaan sarapan kepada anak.

Tidak ada hubungan antar besarnya uang saku pada kebiasaan sarapan diakibatkan oleh tidak banyak anak yang mendapatkan kesempatan memiliki uang saku yang tinggi, sebab dari itu sebagian besar anak memutuskan membeli jenis makanan yang murah. Biasanya makin turun nilai suatu bahan maka makin turun kualitas barangnya, sehingga banyak anak yang yang tidak tahu menahu kualitas kandungan yang terdapat dalam jajanan itu.

Pernyataan tersebut dikuatkan kembali oleh penelitian Kirana (2007) (27) menunjukkan bahwa uang saku dengan nominal besar atau kecil tidak mengharuskan anak dalam membeli makanan yang dikonsumsi secara sendirian sebaliknya anak akan mengkonsumsi bersama-sama dengan teman sebayanya

yang belum tentu mencukupi kebutuhan energy dan zat gizi yang terkandung.

Menurut hasil tanya jawab dan pengamatan penelitian siswa memiliki kebiasaan sarapan pagi di rumah dan jarang membeli jajanan disekolah. Hal ini bisa diasumsikan bahwa uang saku dengan nominal besar atau kecil tidak seluruhnya dipakai untuk membeli jajanan disekolah, melainkan mereka mengalokasikan uang sakunya tersebut setengahnya dipakai untuk menabung di sekolah yang dikelola oleh guru wali kelasnya masing-masing sehingga tidak memiliki hubungan antar uang saku terhadap kebiasaan sarapan.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah minimnya jurnal yang meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan pada siswa sekolah dasar, penggunaan kuesioner kadang-kadang jawaban yang diisi oleh responden tidak menyatakan kondisi sebenarnya, ada beberapa data yang diambil dari administrasi sekolah karena ada responden yang tidak tahu tentang pendidikan dan pekerjaan orangtuanya, penelitian hanya dilakukan pada siswa kelas 4 dan 5 saja, sedangkan pada siswa kelas 1,2,3 tidak dijadikan sampel karena pada usia tersebut mereka belum atau tidak dapat bekerja sama saat pengambilan data dan kelas 6 pada saat itu tengah melaksanakan ujian nasional pada sekolah dasar.

## ETIKA PENELITIAN

Penelitian ini memperhatikan etika dalam penelitian yaitu informed consent, tanpa nama, kerahasiaan, kejujuran, keadilan, tidak merugikan responden dan telah melalui *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin berdasarkan nomor surat No 185/KEPK-FKUNLAM/EC/VI/2019.

## PENUTUP

Siswa SDN Sungai Rangsang Hambuku memiliki frekuensi kebiasaan sarapan yang baik sebanyak 86,4%. Tidak ada hubungan yang signifikan antar jenis kelamin ( $p=0,509$ ), pendidikan ibu ( $p=0,117$ ), pekerjaan ibu ( $p=0,954$ ), dorongan keluarga ( $p=0,441$ ), ketersediaan sarapan di rumah ( $p=0,614$ ), teman sebaya ( $p=0,398$ ), dan uang saku ( $p=0,979$ ) terhadap kebiasaan sarapan siswa pada Sekolah Dasar Negeri Sungai Rangsang Hambuku Martapura Barat.

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan referensi dan menjadi manfaat lebih untuk mengetahui tentang kebiasaan sarapan siswa sekolah dasar agar selalu membiasakan sarapan di rumah sebelum melakukan kegiatan belajar di sekolah. Bagi peneliti selanjutnya hipotesa tersebut dapat diteruskan atau menambah variabel lainnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan siswa sekolah dasar yang ditempat berbeda terhadap aspek penilaian status gizi pada anak.

## REFERENSI

1. Hardinsyah, Aries M. 2013. *Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian. Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian* 7(2): 89–96.
2. Rampersaud GC, Pereira MA, Girard BL, Adams J, Metz J. *Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. J Am Diet Assoc* 2005; 105: 743-6.
3. Hermina, Ari Nofitasari & Anggorodi, R. 2009. *Faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan makan pagi pada remaja putri di sekolah menengah pertama (smp)*. 32(2):94–100.Indonesia.

4. Murphy JM. 2007. *Breakfast and learning: an updated review*. Current Nutrition & Food Science. 3(1): 3–36.
5. Jetvig. 2010. *Perubahan Konsumsi pangan dan Pola Kebiasaan Makan*. Jakarta.
6. Tandirerung EU, Mayulu N, Kawengian SES. 2013. *Hubungan kebiasaan makan pagi dengan kejadian anemia pada murid sd negeri 3 manado*. 1(1): 53-58.
7. Hardinsyah. 2012. *Masalah dan Pentingnya Sarapan bagi Anak*. Materi Simposium Sarapan Sehat tanggal 16 Juni 2012. Jakarta.
8. Gemily SC, Aruben R, Suyatno. 2015. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan dan kualitas sarapan siswa kelas v di sdn sendangmulyo 04 kecamatan tembalang*. JKM. 3:247–256.
9. Yunawati I, Hadi H, Julia M. 2015. *Kebiasaan Sarapan Tidak Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur*. Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia Vol. 3, No. 2, Mei 2015: 77-86.
10. Senanayake .MP & Parakramadasa H M L N. 2008. *A Survey of Breakfast Practices of 4-12 Year Old Children*. Sri Lanka Journal of Child Health, 37: 112-117.
11. Puji, Syifa. 2011. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2011*. Skripsi. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
12. Artiningrum F I. 2018. *Faktor Determinan Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Siswa kelas 3 di SDN Kedung Sugo 1 Kecamatan Prambon Kabupaten Sidoarjo*. Program Studi D-III Keperawatan Sidoarjo Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan: Surabaya.
13. Depertemen Kesehatan RI. 2008. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2010*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI.
14. Aryanti, Fesy. 2012. *Perbandingan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro Pada Anak SD (6-16 Tahun) Berdasarkan Tingkat Pendidikan Orantua di Provinsi NTB dan NTT (Analisis Data Sekunder Riskesdas 2010)*. Tesis Universitas Esa Unggul Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi.
15. Meriska, I. Pramudho, K. Murwanto. 2014. *Perilaku sarapan Pagi Anak sekolah Dasar*. Jurnal Kesehatan Mitra Lampung: vol.1 No.1.
16. Handasari, E., Ali R., Juju W. 2010. *“Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Gizi Ibu Dengan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Anak TK Nurul Bahri Desa Wukir Sari Kecamatan Batang Kabupaten Batang”*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 6 (2).
17. Atmarita dan Fallah TS. 2004. *Analisis Situasi Gizi Dan Kesehatan Masyarakat. Dalam Soekirman Et Al. (Ed.), Ketahanan Pangan Dan Gizi Di Era Otonomi Daerah Dan Globalisasi*. Prosiding Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII (hlm. 153), 17-19 Mei. LIPI, Jakarta.
18. Safriana. 2012. *Perilaku Memilih Jajanan Pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat Peminatan Kebidanan Komunitas Universitas Indonesia: Depok.
19. Bryant, dkk. 2004. *Nutritients For Cognitive Development In School Age*

- Children. Nutrition Reviews*, 62, 8, 295-306.
20. Worthington. 2000. *Nutrition Throughout The Life Cycle*. The MacGraw Hill International Edition: USA.
  21. Sediaoetama, A. D. 2000. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
  22. Khomsan A. 2005. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan 2*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
  23. Saifah A. 2011. *Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya dan Media Massa Dengan Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu*. Fakultas Ilmu Keperawatan Program Magister Keperawatan Peminatan Keperawatan Komunitas Depok.
  24. Prisca Wowor., Sulaemana Engkeng., Angela F. C Kalesaran. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Pada Pelajar Di Sekolah Dasar Negeri 16 Dan Sekolah Dasar Negeri 120 Kota Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi, Manado *Jurnal KESMAS*, Vol. 7 No. 5, 2018.
  25. Radja LM, Marni, Nayoan CR. 2012. *Pengaruh Kebiasaan Sarapan dan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Jajan Siswa di Kota Kupang (Studi Kasus Pada Siswa SD Inpres Namosain Tahun 2012)*. PKIP UKM UNDANA.
  26. Hermina, Ari Nofitasari & Anggorodi, R. 2009. *Faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan makan pagi pada remaja putri di sekolah menengah pertama (smp)*. 32(2):94–100.Indonesia.
  27. Kirana. 2007. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecakupan Energi dan Protein pada Peserta Didik SLTPN Jakarta Tahun 2007*. Skripsi FKM UI