

# PERILAKU SARAPAN PAGI ANAK SEKOLAH DASAR

Irina Meriska<sup>1)</sup>  
Kodrat Pramudho<sup>1)</sup>  
Bambang Murwanto<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Program Pascasarjana Kesehatan Masyarakat Stikes Mitra Lampung

**Abstract : The Behavior Of Breakfast In Elementary School Child.** In Indonesia, the adequacy of nutrition of school-age children is not sufficient that the average energy consumption adequacy was 44.4% and the average adequacy konumsi protein is 30.6%. The morning breakfast was part of the behavior to achieve balanced nutrition essential for healthy living, active and intelligent. The purpose of this study was to determine the factors associated with the behavior of elementary school children breakfast in the Village Kemiling Permai, District Kemiling, Bandar Lampung in 2013. This research is a quantitative study with cross sectional approach. The study population was all students in grade IV, V, and VI in the Academic Year 2013/2014 is in the Kemiling Pemei, covering public school students and private elementary school. The total population of this research is numbered 848 students. The sample size was 106 students and analyzed using chi square test and logistic regression. This research was conducted in December 2013. The results showed no relationship between children's nutrition knowledge ( $p = 0.001$ ), the availability of food for breakfast ( $p = 0.005$ ), family support ( $p = 0.001$ ), and the role of the teacher ( $p = 0.001$ ) with the behavior of a full breakfast. There is no relationship of nutrition attitude ( $p = 0.721$ ), mother's occupation ( $p = 0.257$ ), father's education ( $p = 0.707$ ), maternal education ( $p = 1.000$ ) with the behavior of a full breakfast. Multivariate analysis showed the availability of food for breakfast is the most dominant variable that is related to the behavior of a full breakfast with a value of OR = 5.673.

**Keywords: Behavior, Breakfast, Elementary School Child**

**Abstrak: Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar.** Di Indonesia, tingkat kecukupan gizi anak usia sekolah belum cukup memadai yaitu rata-rata kecukupan konsumsi energi adalah 44.4% dan rata-rata kecukupan konumsi protein adalah 30.6%. Sarapan pagi merupakan bagian dari perilaku untuk mewujudkan gizi seimbang yang penting bagi hidup sehat, aktif dan cerdas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sarapan pagi anak sekolah dasar di Kelurahan Kemiling Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung Tahun 2013. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SD kelas IV, V, dan VI Tahun Pelajaran 2013/2014 yang ada di Kelurahan Kemiling Pemei, meliputi siswa SD negeri dan SD swasta. Total populasi penelitian ini adalah berjumlah 848 siswa. Besar sampel adalah 106 siswa dan analisis data menggunakan uji *chi square* dan regresi logistik. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2013. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan gizi anak ( $p=0.001$ ), ketersediaan makanan untuk sarapan pagi ( $p=0.005$ ), dukungan keluarga ( $p=0.001$ ), dan peran guru ( $p=0.001$ ) dengan perilaku sarapan pagi. Tidak ada hubungan sikap gizi ( $p=0.721$ ), pekerjaan ibu ( $p= 0.257$ ), pendidikan ayah ( $p=0.707$ ), pendidikan ibu ( $p=1.000$ ) dengan perilaku sarapan pagi. Hasil analisis multivariat menunjukkan ketersediaan makanan untuk sarapan pagi merupakan variabel yang paling dominan yang berhubungan dengan perilaku sarapan pagi dengan nilai OR = 5,673.

**Kata Kunci: Perilaku, Sarapan Pagi, Anak Sekolah Dasar**

Kesehatan merupakan hak dasar anak yang harus dipenuhi. Anak yang sehat menjadi investasi bagi modal manusia. Minarto (2011) dalam Kompas.com (2011) lebih dari 50 juta penduduk Indonesia adalah anak sekolah usia 6-18 tahun. Jika sejak dini diajarkan anak sekolah mengkonsumsi makanan sehat, mereka akan

memiliki modal fisik bagus dan nutrisi otak yang cukup.

Prioritas pembangunan nasional yang tertuang dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Kemenkes 2010-2014 adalah perbaikan gizi masyarakat. Dimana secara jangka panjang perbaikan gizi



diterapkan untuk menurunkan tingkat gizi kurang. Sedangkan sasaran jangka menengah yang ingin kita capai pada 2014 dalam hal perbaikan gizi adalah menurunkan persentase gizi kurang menjadi 15% dari saat ini (2013) sebesar 17.9%. Serta mengurangi persentase anak pendek menjadi 32% dari tahun 2013 yaitu 35.8% (Febrida, 2013).

Data Riskesdas 2010 menunjukkan prevalensi kurus (IMT/U) nasional pada anak usia sekolah (6-12 tahun) sebesar 12.2% terdiri dari 4,6% sangat kurus dan 7,6% kurus. Secara nasional prevalensi anak pendek (kerdil) dengan usia 6-18 tahun masih tinggi, yakni di atas 3%. Prevalensi anak pendek juga mencerminkan adanya riwayat kurang gizi, yang bisa mengancam masa depan mereka. (Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 prevalensi status gizi anak sekolah umur 6-12 tahun berdasarkan TB/U di Provinsi Lampung kategori sangat pendek 20.4% dan pendek sebesar 20.4%, sisanya normal sebesar 59.2%. Provinsi Lampung merupakan provinsi kelima yang prevalensi status gizi cukup tinggi untuk kategori anak umur 6-12 tahun yaitu sangat pendek.

Sedangkan prevalensi status gizi anak umur 6-12 tahun berdasarkan IMT/U Provinsi Lampung untuk kategori sangat kurus adalah sebesar 4.6%, kurus 5.4%, normal 78.3%, dan sisanya 11.6% gemuk. Jika dilihat konsumsi setiap provinsi maka Provinsi Lampung juga mengalami masalah sebab rata-rata konsumsi energi (55,2%) dan rata-rata konsumsi protein (36,9%) masih dibawah kebutuhan minimal (Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Berdasarkan data yang telah diuraikan di atas menunjukkan bahwa Provinsi Lampung masih memiliki masalah tentang status gizi dan tingkat kecukupan energi dan protein pada anak umur 6-12 tahun atau usia sekolah. Status gizi dan konsumsi energi dan protein erat kaitannya dengan perilaku makan sesuai dengan apa yang telah dikemukakan di atas.

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui distribusi frekuensi perilaku sarapan pagi anak sekolah dasar jenis kelamin, pengetahuan gizi anak, sikap gizi anak, pekerjaan ayah, status pekerjaan ibu, pendidikan ayah, pendidikan ibu, ketersediaan makanan sarapan pagi,

dukungan keluarga dan peran guru anak sekolah dasar

2. Mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku sarapan pagi anak SD
3. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi anak dengan perilaku sarapan pagi anak SD
4. Mengetahui hubungan antara sikap gizi anak dengan perilaku sarapan pagi anak SD
5. Mengetahui hubungan antara pekerjaan ayah dengan perilaku sarapan pagi anak SD
6. Mengetahui hubungan pekerjaan ibu dengan perilaku sarapan pagi anak SD
7. Mengetahui hubungan pendidikan ayah dengan perilaku sarapan pagi anak SD
8. Mengetahui hubungan pendidikan ibu dengan perilaku sarapan pagi anak SD
9. Mengetahui hubungan antara ketersediaan makanan sarapan dengan perilaku sarapan pagi anak SD
10. Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku sarapan pagi anak SD
11. Mengetahui hubungan antara peran guru dengan perilaku sarapan pagi anak SD
12. Mengetahui faktor paling dominan dengan perilaku sarapan pagi anak SD.

## METODE

Jenis penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Sebelum dilakukan penelitian, dilakukan survey pendahuluan ke lokasi penelitian. Selain itu, dilakukan uji validitas dan realibilitas.

Populasi penelitian, seluruh SD kelas IV, V, dan VI Tahun Pelajaran 2013/2014 yang ada di Kelurahan Kemiling Permai, meliputi siswa SD negeri dan SD swasta. Total populasi penelitian berjumlah 848 siswa. Besar sampel 106 siswa dan analisis data menggunakan uji *chi square* dan regresi logistik.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2013. Lokasi penelitian adalah SD Negeri 1 Kemiling Permai, SDN Negeri 2 Kemiling Permai, SD Negeri 3 Kemiling. Dan SD Islam Terpadu Baitul Jannah.

Metode pengambilan sampel adalah *proportional random sampling* berdasarkan data jumlah anak SD kelas IV, V dan VI. Cara pengumpulan data dengan pengamatan dan pencatatan. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square*. Setelah analisis bivariat, maka dilakukan analisis multivariat untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan

perilaku sarapan pagi anak dengan menganalisis semua variabel dependen dengan variabel independen secara bersamaan. Analisis multivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan lebih dari satu variabel independen dengan satu variabel dependen, serta mencari manakah variabel independen yang paling dominan terhadap variabel dependen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Analisis Univariat

**Tabel 1:** Hasil Analisis Univariat

Variabel	Jml	%
Perilaku Sarapan		
- Tidak	50	47.2
- Ya	56	52.8
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	59	55.7
- Perempuan	47	44.3
Pengetahuan		
- Kurang	37	34.9
- Baik	69	65.1
Sikap Gizi		
- Negatif	50	47.2
- Positif	56	52.8
Pekerjaan Ayah		
- Bekerja	106	100.0
- Tidak Bekerja	0	0.0
Pekerjaan Ibu		
- Bekerja	41	38.7
- Tdk Bekerja	65	61.3
Pendidikan Ayah		
- Rendah	31	29.2
- Tinggi	75	70.8
Pendidikan Ibu		
- Rendah	31	29.2
- Tinggi	75	70.8
Ketersediaan Makanan		
- Kurang	14	13.2
- Baik	92	86.8
Dukungan Klga		
- Rendah	39	36.8
- Tinggi	67	63.2
Peran Guru		
- Rendah	47	44
- Tinggi	59	56

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa lebih dari separuh responden sarapan pagi (52.8%), dan 47,2% tidak sarapan pagi.

Lebih separuh anak sekolah berjenis kelamin laki-laki (55.7%), dan 44.3% perempuan. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (65.1%), dengan sikap positif (52.8%), dan sikap negatif (47.2%). seluruh responden ayahnya bekerja atau memiliki pekerjaan (100.0%). Sebagian besar ibu responden tidak bekerja (61.3%), Sebagian besar ayah responden berpendidikan tinggi (70.8%), pendidikan ibu responden 70,8% berpendidikan tinggi, 86,8% responden memiliki ketersediaan makanan sarapan baik. Dukungan keluarga 63,2 % adalah tinggi. Sebagian besar responden menyatakan peran guru tinggi (56%), dan sisanya menyatakan peran guru rendah (44%).

#### Analisis Bivariat

**Tabel 2:** Hasil Analisis Bivariat

Variabel	P-value	OR	CI	Hubungan
Jenis Kelamin	1,000	1,02	0,48-2,21	Tdk berhub
Pengetahuan	0,001	4,43	1,87-10,49	Berhub
Sikap Gizi	0,721	1,24	0,58-2,66	Tdk Berhub
Pekerjaan Ibu	0,257	0,58	0,26-1,29	Tdk Berhub
pendidikan Ayah	0,707	1,28	0,56-2,98	Tdk Berhub
Pendidikan Ibu	1,000	1,07	0,46-2,48	Tdk Berhub
Ketersediaan Makanan	0,005	8,52	1,80-40,31	Berhub
Dukungan Klga	0,001	4,30	1,85-10,04	Berhub
Peran Guru	0,001	4,07	1,81-9,20	Berhub

Analisis ini dilakukan dengan menggunakan uji Chi Square dengan tingkat kepercayaan (taraf signifikansi) yang dipakai 0.05 ( $\alpha=0.05$ ), sehinggajika  $p$ -value  $< 0.05$  maka hasil perhitungan statistik akan bermakna (ada hubungan), jika  $p$ -value  $> 0.05$  maka hasil perhitungan statistik tidak bermakna (tidak ada hubungan). Variabel pekerjaan ayah tidak dilakukan uji bivariat karena seluruh ayah responden bekerja (100%), sehingga tidak bisa diteruskan ke uji bivariat.

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat dari sembilan variabel independen yang dilakukan uji bivariat maka yang berhubungan dengan perilaku sarapan pagi adalah pengetahuan gizi, ketersediaan makanan sarapan, dukungan keluarga dan peran guru. Sedangkan variabel independen yang tidak berhubungan adalah jenis kelamin, sikap gizi, pekerjaan ibu, pendidikan ayah, dan pendidikan ibu.

### Analisis Multivariat

**Tabel 3:** Hasil Analisis Multivariat Antara Pengetahuan Gizi Anak, Ketersediaan Makanan Sarapan, Dukungan Keluarga, Peran Guru

Variabel	Koef. Regresi (B)	P- Value	OR	CI 95%
Pengetahuan Gizi	1.558	0.002	4.75	1.76-12.80
Ktrsediaan Sarapan	1.736	0.046	5.67	1.03-31.28
Dukungan Klga	1.397	0.006	4.05	1.48-11.06
Peran Guru	1.241	0.011	3.46	1.33-8.98
Konstanta	-4.047	0.000	0.02	

Hasil analisis pada Tabel 3, merupakan model terbaik setelah dilakukan uji interaksi. Hal ini terlihat besarnya p value semua variabel di atas, yaitu pengetahuan gizi, ketersediaan makanan sarapan pagi, dukungan keluarga, dan peran guru adalah  $< 0,05$ .

Hasil analisis variabel yang paling dominan diantara beberapa variabel di atas dilihat dari nilai OR yang paling besar dibandingkan variabel lainnya. Nilai OR terbesar pada variabel ketersediaan makanan sarapan pagi = 5,673. Hasil analisis *odds ratio* (OR) dari variabel ketersediaan makanan sarapan pagi adalah 5,673, artinya responden yang ketersediaan makanan sarapan paginya baik akan memiliki peluang 5,673 kali lebih besar untuk sarapan pagi dibandingkan dengan yang ketersediaan makanan sarapan pagi kurang.

Jadi, dari hasil analisis multivariat dari model prediksi diatas diperoleh hasil bahwa variabel independen yang paling dominan

berhubungan dengan perilaku sarapan pagi anak SD di Kelurahan Kemiling Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung Tahun 2013 adalah ketersediaan makanan sarapan pagi.

## PEMBAHASAN

### Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini hanya melihat perilaku sarapan pagi anak SD dari kebiasaan sarapan anak setiap paginya ya atau tidak tetapi tidak melakukan pengamatan atau observasi langsung jenis makanan sarapan yang dimakan oleh anak sekolah di rumahnya masing-masing. Penelitian tidak melihat kuantitas sarapan pagi responden, atau jumlah asupan makanan anak SD sehingga tidak dapat diketahui gambaran berapa besar sumbangan zat gizi sarapan bagi tubuh anak.

Uji validitas dilakukan di SDN 5 Sumberjo yang masih satu Kecamatan Kemiling, tetapi berbeda kelurahan. Seharusnya, lebih baik jika uji validitas dilakukan di kecamatan lain yang lebih jauh tapi mempunyai karakteristik yang relatif sama dan masih di Kota Bandar Lampung untuk menghindari terjadinya kontaminasi informasi.

### Analisis Univariat

#### Perilaku Sarapan Pagi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak yang melakukan sarapan pagi adalah sebesar 52.8%, sedangkan yang tidak sarapan adalah sebesar 47.2%. Penelitian terkait antara lain adalah penelitian yang dilakukan oleh Widyanti dan Sidiarti pada tahun 2013, selama bulan November (2010) di SD Taro Denpasar Bali, bahwa dari 178 subject (sampel anak kelas 1-6) ditemukan sebanyak 51.7% anak memiliki kebiasaan sarapan pagi dan sisanya sebesar 48.3% tidak sarapan pagi.

Penelitian terkait lain Mariza (2012). melakukan penelitian tentang kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan di dua SD di Kecamatan Pedurungan, Kota Semarang dan hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 28 orang (43.75) anak tidak biasa sarapan pagi, dan sisanya 36 orang (56.25%) anak terbiasa sarapan pagi.

Perilaku sarapan pagi dalam penelitian ini adalah kegiatan atau aktivitas makan pagi yang dilakukan oleh anak sekolah dasar di rumah

sebelum berangkat sekolah. Artinya perilaku sarapan pagi anak SD adalah yang dilakukan di rumah, sedangkan anak-anak yang sarapan pagi dengan membawa bekal atau jajan di sekolah tidak termasuk dalam penelitian ini. Hal ini disebabkan karena seyogianya sarapan pagi dilakukan di rumah agar mudah diawasi oleh orang tuanya masing-masing.

### **Jenis Kelamin**

Salah satu faktor keluarga yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah jenis kelamin dalam keluarga. Pada masyarakat tradisional, wanita mempunyai status lebih rendah dibandingkan laki-laki, sehingga angka kematian bayi dan malnutrisi masih tinggi pada wanita. Demikian pula dengan pendidikan, masih ditemukan banyak wanita yang buta huruf (Soetjningsih, 1995). Kenyataan ini mengisyaratkan bahwa ada perbedaan peran .

### **Pengetahuan Gizi**

Definisi pengetahuan secara luas yaitu hasil penginderaan seseorang melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba terhadap suatu objek tertentu. Selain itu, pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman sendiri atau pengalaman orang lain. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama dibanding tidak didasari dengan pengetahuan (Notoatmodjo, 2003).

Sebagian besar anak sekolah dalam penelitian ini, yaitu sebesar 65% memiliki pengetahuan baik. Tentunya sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo di atas maka semakin baik pengetahuan gizi anak maka diharapkan akan semakin baik pula perilaku makan yang dimiliki oleh anak tersebut. Anak yang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memiliki kesadaran tinggi untuk selalu melakukan kegiatan sarapan pagi setiap harinya. Bukan hanya didasari oleh tradisi keluarga, tetapi lebih dari itu mereka memang benar-benar mengetahui dan memahami manfaat sarapan pagi bagi tubuh mereka. Oleh karena itu, hal ini mencerminkan bahwa sangat penting memberikan pengetahuan gizi pada anak-anak sejak dini.

### **Sikap Gizi**

Sikap seseorang terhadap makanan dapat bersifat negatif atau positif, yang bersumber pada nilai-nilai affectif yang berasal dari lingkungan (alam, budaya, sosial, ekonomi) dimana manusia itu tumbuh (Asfariana, 2008). Penelitian ini menunjukkan bahwa antara anak yang sikapnya negatif (47%) dan sikapnya positif (53%) hampir sama proporsinya.

### **Pekerjaan Ayah**

Banyak pendapat mengatakan bahwa seorang ibu jauh lebih baik untuk mendidik anak daripada seorang ayah. Hal ini tidak sepenuhnya benar, karena ayahpun juga mempunyai tugas untuk mendidik anak, kebijaksanaan, kedisiplinan dan tanggung jawab lebih dominan dimiliki seorang ayah dari pada ibu (Anisah, 2004 dalam Meirina, 2011).

Berdasarkan teori ini jelas bahwa seorang ayah juga memiliki tanggung jawab yang besar terhadap anaknya, termasuk juga dalam pola pengasuhan dan penanaman perilaku makan dan perilaku kesehatan yang baik. Meskipun seluruh ayah dari anak SD yang dijadikan responden dalam penelitian ini bekerja, bukan berarti tidak sempat untuk mengajarkan nilai-nilai kebiasaan makan yang baik bagi anak-anaknya, tinggal bagaimana bagaimana sang ayah mengaplikasikan nilai kasih sayang serta peran dan tanggung jawabnya dalam keluarga.

### **Pekerjaan Ibu**

Ibu yang bekerja bukan berarti tidak bisa mempersiapkan sarapan pagi untuk anak-anaknya. Ibu bekerja harus bisa membagi waktunya untuk mengasuh dan mempersiapkan makanan terbaik dan bergizi untuk anak-anaknya. Secara logika ibu yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang lebih lapang untuk mengurus keluarganya dan mempersiapkan sarapan pagi. Tapi hal ini juga tidak mutlak demikian, meskipun seorang ibu bekerja tetapi jika ia seorang yang sadar akan peran dan tanggung jawabnya, serta pandai membagi waktu, bukan tidak mungkin ia pun bisa menjadi ibu terbaik, pintar dan berpendidikan seorang ibu maka upaya mencerdaskan anak bangsa akan lebih terbuka. Ibu yang berpendidikan biasanya memiliki keinginan

untuk belajar dan mengakses banyak informasi demi perkembangan anak-anaknya, selalu berusaha memberikan yang terbaik dan mengutamakan kesehatan dan tumbuh kembang anak-anaknya.

### **Ketersediaan Makanan Sarapan Pagi**

Ketersediaan makanan sarapan di rumah sangatlah penting karena merupakan merupakan faktor yang sangat mendukung dan *mensupport* anak untuk terbiasa sarapan pagi. Jika makanan tersedia setiap hari, khususnya makanan sarapan tentu si anak faktor psikologis yang akan memberikan pengaruh dalam membentuk pola makan yang sehat pada anak. Ketersediaan makanan pada anak SD dalam penelitian ini sudah sangat baik, yaitu sebesar 86.8%.

### **Dukungan Keluarga**

Orang tua pada dasarnya berkewajiban untuk menyajikan kondisi yang menguntungkan bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi anaknya. Begitu juga dalam hal pemenuhan kebutuhan jasmani, dalam hal ini berkaitan dengan pemenuhan gizi pada makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh anak. Seorang ibu harus pandai mengolah makanan dan memiliki keterampilan sehingga anaknya menyukai makanan yang disajikan di rumah dan tidak jajan (Paramesthi 2011).

Terkait juga dengan hal tersebut di atas, jelas bahwa dukungan keluarga khususnya orang tua sangat berperan nyata dalam menciptakan perilaku makan yang positif pada anak, termasuk perilaku sarapan pagi yang baik. Kebiasaan makan yang baik di dalam keluarga biasanya akan diteruskan turun menurun dan menjadi tradisi bagi si anak, sehingga meskipun sudah dewasa atau berpisah dari keluarganya, maka sarapan pagi tetap dilakukan. Dukungan keluarga merupakan hal yang sangat mungkin mempengaruhi perilaku makan anak.

### **Peran Guru**

Dalam penelitian ini, yang dilihat adalah adakah peran guru terhadap siswanya untuk memberikan pemahaman akan pentingnya gizi dan sarapan pagi, meskipun tidak melihat peran perempuan diperlakukan sama. Sehingga

orang tua tidak membedakan anak-anaknya dalam hal membentuk perilaku makan anak yang baik, meskipun masih ada keluarga yang menerapkan perbedaan gender, dimana laki-laki lebih dominan (patrilinial) atau perempuan lebih diutamakan (matrilinial).

### **Hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Sarapan Pagi**

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristiana (2009) tentang Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tindakan Sarapan dengan Status Gizi dengan Indeks Prestasi Anak Sekolah Dasar di SD No. 1 Bingkawan, Kecamatan Sibolangit diperoleh hasil bahwa pengetahuan, sikap dan tindakan sarapan seluruh murid tergolong baik. Terdapat hubungan bermakna antara tindakan/perilaku sarapan dengan tingkat pengetahuan sarapan, terdapat hubungan antara status gizi dengan tindakan sarapan.

Hasil penelitian yang dikemukakan sebelumnya ternyata sejalan dengan yang diperoleh pada penelitian ini. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku sarapan pagi. Artinya semakin baik pengetahuan anak SD maka cenderung akan terbiasa sarapan pagi. Selain pengetahuan tentang gizi dan kesehatan, tingkat pendapatan perkapita juga dapat mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan dalam susunan makanan (Suhardjo, 1989 dalam Saifah, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rohayati (2003) bahwa sebagian besar siswa SDN Jepang tidak terbiasa sarapan pagi di rumah. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan siswa yaitu peranan ibu, tingkah laku orang terdekat (keluarga) dan selera makan anak. Ibu yang tidak bekerja akan lebih mungkin memiliki kesempatan dan waktu untuk menyediakan makanan sarapan pagi di rumah dibandingkan ibu yang bekerja. Ibu yang bekerja biasanya sibuk dan terkadang tidak sempat mempersiapkan sarapan pagi untuk keluarga. Dalam penelitian ini tidak ada hubungan antara pekerjaan ibu dengan perilaku sarapan pagi. Artinya tidak ada perbedaan antara ibu bekerja dengan ibu yang tidak bekerja dalam membentuk perilaku sarapan pagi yang baik bagi anak-anaknya.

### **Hubungan antara Pendidikan Ayah dengan Perilaku Sarapan Pagi**

Menurut Teori Lawrence & Green (2005) satu faktor yang mempengaruhi perilaku individu atau organisasi adalah pendidikan orang tua. Ayah turut memberikan kontribusi penting bagi perkembangan anak, pengalaman yang dialami bersama dengan ayah, akan mempengaruhi seorang anak hingga dewasa nantinya. Ayah turut memberikan kontribusi penting bagi perkembangan anak, pengalaman yang dialami bersama dengan ayah, akan mempengaruhi perkembangan dan kesejahteraan anak dan masa transisi menuju remaja (Cabrera, dkk, 2000 dalam Hidayati, Kaloeti & Karyono, 2011).

Berbagai hal yang mungkin tidak diteliti menjadi sebab mengapa pendidikan ayah tidak berhubungan dengan perilaku sarapan pagi anak SD. Pertama, ayah yang berpendidikan terlalu sibuk mencari uang sehingga ia menyerahkan tugas dan tanggung jawab pengasuhan kepada si istri. Si suami mempercayakan penuh urusan rumah tangga dan pendidikan pada istrinya, tanpa mau tahu apakah semua berjalan dengan baik atau tidak. Celakanya lagi si istri juga kurang peduli dan mengabaikan si anak.

### **Hubungan antara Pendidikan Ibu dengan Perilaku Sarapan Pagi**

Hermina, dkk (2009) penelitian tentang Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Pagi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Beberapa faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan pada anak perempuan sekolah remaja adalah pengetahuan gizi mereka, ketersediaan makan sarapan di rumah, pendidikan ibu mereka.

Terkait dengan apa yang dikemukakan di atas, maka benang merah yang bisa diambil bahwa pendidikan ibu akan meningkatkan pengetahuan ibu sehingga ibu yang berpendidikan akan memiliki keterampilan untuk mengolah makanan yang sehat dan bervariasi untuk sarapan. Selain itu, ibu yang berpendidikan juga memiliki pemahaman yang baik akan pentingnya kontribusi sarapan dengan komposisi nutrisi yang tepat untuk membentuk status gizi anak-anaknya. dan orang tua.

### **Hubungan antara Peran Guru dengan Perilaku Sarapan Pagi**

Dalam proses pendidikan, guru tidak hanya menjalankan fungsi alih ilmu pengetahuan (*transfer of knowledge*) tapi juga berfungsi untuk menanamkan nilai (*value*) serta membangun karakter (*Character Building*) peserta didik secara berkelanjutan dan berkesinambungan. Selain itu, guru juga berperan sebagai pendidik (*nurturer*) yang berperan dan berkaitan dengan tugas-tugas memberi bantuan dan dorongan (*supporter*), tugas-tugas pengawasan dan pembinaan (*supervisor*) serta tugas-tugas yang berkaitan dengan mendisiplinkan anak agar anak itu menjadi patuh terhadap aturan-aturan sekolah dan norma hidup dalam keluarga dan masyarakat (Saifah, 2011).

Mie, David dan Jon (1997) dalam Saifah (2011) menyatakan bahwa guru mempunyai tanggung jawab yang besar pada siswa di dalam kelas. Guru membawa pengaruh pada perilaku positif dan negatif terhadap siswa-siswanya. Guru merupakan orang tua kedua karena siswa banyak waktu berinteraksi dengan guru. Guru berperan dalam kesuksesan siswa.

### **Analisis Multivariat**

Setelah dilakukan analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik sederhana model prediksi, maka diperoleh hasil bahwa faktor yang paling dominan berhubungan dengan perilaku bekerja (100%), sedangkan ibu responden lebih banyak yang tidak bekerja (61%). Pendidikan ayah dan ibu responden sebagian besar tinggi masing-masing 71%. Sebagian besar anak sekolah menyatakan bahwa ketersediaan makanan sarapan di rumah adalah baik (87%), dan dukungan keluarga tinggi (63%). Lebih dari separuh responden menyatakan bahwa peran guru adalah tinggi. Ada hubungan antara pengetahuan gizi anak ( $p=0.001$ ), ketersediaan makanan sarapan ( $p=0.005$ ), dukungan keluarga ( $p=0.001$ ), dan peran guru ( $p=0.001$ ) dengan perilaku sarapan pagi anak SD di Kelurahan Kemiling Permai, Kota Bandar Lampung Tahun 2013.

Tidak ada hubungan antara sikap gizi ( $p=0.721$ ), pekerjaan ibu ( $p=0.257$ ), pendidikan ayah ( $p=0.707$ ), pendidikan ibu ( $p=1.000$ ) dengan perilaku sarapan pagi anak SD di Kelurahan Kemiling Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung Tahun 2013. Faktor yang paling dominan berhubungan dengan perilaku sarapan pagi anak SD di Kelurahan Kemiling Permai, Kecamatan Kemiling, Kota Bandar Lampung adalah ketersediaan makanan sarapan pagi di rumah.

## KESIMPULAN

Lebih dari separuh anak sekolah memiliki perilaku sarapan pagi (53%) dan terbanyak berjenis kelamin laki-laki (44%). Pengetahuan gizi anak sekolah dasar sebagian besar adalah baik (65%). Lebih dari separuh anak sekolah memiliki sikap gizi positif (53%). Seluruh ayah responden Budaya Sarapan Pagi dan Mensosialisasikan Pekan Sarapan Nasional di setiap sekolah melalui pembagian leaflet, brosur

ataupun memasang poster di sekolah-sekolah agar mudah diakses oleh anak sekolah khususnya. Pihak sekolah melakukan perlombaan memasak menu sarapan pagi bagi keluarga responden terutama responden yang memiliki ketersediaan makanan sarapan di rumah yang baik, sebagai contoh nyata bagi orang tua yang lain (sebagai motivator dan inisiator).

Setiap guru selalu meningkatkan pengetahuannya tentang masalah-masalah kesehatan, concern terhadap pendidikan kesehatan anak serta care atau peduli terhadap kesehatan siswa. Pihak sekolah juga melakukan peningkatan pengawasan makanan jajanan yang dijual di sekolah ataupun di luar sekolah (pedagang keliling atau warung yang ada di sekitar sekolah).

Anak-anak yang memiliki pengetahuan yang baik agar menjadi inspirator dan contoh bagi anak-anak lainnya perihal kebiasaan makan yang baik termasuk perilaku sarapan pagi.

*Gizi Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pendurungan Kota Semarang*. Skripsi. Jurusan Gizi, Universitas Diponegoro, Semarang.

Notoatmodjo, Soekidjo, Prof. Dr., 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.

Paramesti, Mentari. 2011. *Peran Orang Tua dan Partisipasi Masyarakat dalam Menjaga Pola Makan Sehat pada Anak*. Artikel. Diakses pada tanggal 28 Januari 2014 Pukul 1038 di <http://sosiopage.blogspot.com/2011/peran-orang-tua-dan-partisipasi>

Kementerian Kesehatan RI. 2010. *Riset Kesehatan Dasar*. Laporan. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

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*. (Tesis). Depok: Program Magister Keperawatan. UI.

## DAFTAR RUJUKAN

- Febrida, Melly. 2013. *4 dari 10 Anak SD di Indonesia Pendek Karena Kurang Gizi*. Diakses pada tanggal 5 Februari 2013 Pukul 1.52 di <http://health.liputan6.com/read/545382/4-dari-10-anak-sd->
- Hermi, dkk. 2009. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Pagi pada Remaja Putri di SMP*. *Jurnal penelitian Gizi dan Makanan*. Diakses pada tanggal 3 November 2011 di <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/pgm/article/view>
- Hidayati, dkk. 2011. *Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak*. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* Vol. 9 No 1, Semarang.
- Lawrence, Green., & Marshall Kreuter. 2005. *Health Program Planning : An Educational And Ecological Approach*. 4 th ed. McGraw-Hill, New York.
- Mariza, Yuni Yanti. 2012. *Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status*