

Perbedaan Proporsi Kebiasaan Sarapan Berdasarkan Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Sarapan, Dan Faktor Lainnya Pada Siswa/I Sma Budhi Warman 2 Jakarta Tahun 2020

Larasati, Meidy Ayu

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=133969&lokasi=lokal>

Abstrak

Sarapan merupakan waktu penting untuk menjaga kecukupan gizi tubuh selama beraktivitas. Melewatkan sarapan dapat menyebabkan tubuh kekurangan energi dan akan mengakibatkan tubuh menjadi lemas, lesu, mengantuk, pusing, kesulitan berkonsentrasi, penurunan prestasi akademik, serta dapat mengganggu tumbuh kembang fisik dan seksual pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan perbedaan proporsi kebiasaan sarapan dengan faktor-faktor yang memengaruhinya pada siswa/i SMA Budhi Warman 2 Jakarta Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan jumlah responden 152 siswa yang berasal dari kelas X dan XI. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan SQ-FFQ yang diisi secara mandiri oleh responden. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 54,5 % siswa memiliki kebiasaan sarapan yang tidak baik. Terdapat perbedaan proporsi yang signifikan pada kebiasaan sarapan berdasarkan pengetahuan gizi (p -value=0,032), kebiasaan jajan (p -value=0,007), ketersediaan sarapan (p -value=0,006), pekerjaan ibu (p -value=0,037), dan pengaruh orang tua (p -value=0,037). Peneliti menyarankan untuk diberikannya promosi dan pendidikan gizi mengenai sarapan agar siswa menyadari pentingnya sarapan. Kata kunci: Kebiasaan sarapan, Ketersediaan Sarapan, Pengetahuan Gizi, Remaja.