

Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Sarapan Siswa/i SMAN 1 Depok Pada Masa Pandemi COVID-19

Zahara, Keisa

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=135965&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Perilaku melewatkan sarapan dapat memengaruhi konsentrasi dan prestasi akademis, meningkatkan risiko mengalami masalah kesehatan mental, dan peningkatan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku sarapan siswa pada masa pandemi COVID-19 dan faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sarapan. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional dengan data primer yang dikumpulkan dengan pengisian kuesioner secara mandiri oleh 140 responden yang dipilih menggunakan teknik quota sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 54,3% siswa memiliki perilaku sarapan yang buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan sarapan (P value = 0,000) dengan perilaku sarapan siswa. Peneliti menyarankan kepada sekolah untuk memberikan edukasi gizi, melakukan kegiatan sarapan bersama, dan memastikan kantin sekolah menyediakan sarapan yang baik untuk siswa. Orang tua diharapkan dapat menyediakan sarapan di rumah, mengingatkan anak untuk sarapan, dan membawakan bekal jika anak tidak sempat sarapan di rumah.</div>

<div style="text-align: justify;"> Skipping breakfast can affect concentration and academic performance, increase the risk of mental health problems, and lead to weight gain. This study aims to determine the breakfast behavior of students during the COVID-19 pandemic and the factors associated with breakfast behavior. The research was conducted using a cross-sectional study design with primary data collected by filling out questionnaires by 140 respondents who were selected using the quota sampling technique. The results showed that 54.3% of students had poor breakfast behavior. There is a significant association between breakfast availability (P value = 0.000) and students' breakfast behavior. The researcher suggests the school provide nutrition education, have a breakfast-together program, and ensure the school canteen provides a good breakfast for students. Parents are expected to be able to provide breakfast at home, remind their children to have breakfast, and bring a lunch box if the child does not have time to eat breakfast at home.</div>