

Faktor determinan terhadap kebiasaan sarapan siswa di SMP IT Insan Harapan Tangerang Selatan tahun 2013

Kumala, Siti

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=99355&lokasi=lokal>

Abstrak

<p>ABSTRAK Sarapan adalah penting bagi setiap orang untuk mengawali aktivitas sepanjang hari. Sarapan berfungsi sebagai sumber energi dan zat gizi agar dapat berpikir, belajar dan melakukan aktivitas secara optimal setelah bangun pagi. Bagi anak sekolah, sarapan terbukti dapat meningkatkan kemampuan belajar dan stamina anak dan kebiasaan sarapan dapat menanamkan pola makan yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor determinan terhadap kebiasaan sarapan siswa di SMP IT Insan Harapan Tangerang Selatan. Penelitian ini menggunakan Desain Cross Sectional. Sampel pada penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII SMP IT Insan Harapan Tangerang Selatan sebanyak 195 siswa. Pengolahan data menggunakan program komputerisasi (spss). Analisis data menggunakan Chi Square dan Regresi logistic. Hasil penelitian menunjukkan proporsi siswa yang memiliki kebiasaan sarapan baik (56,4%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, ketersediaan sarapan, olahraga dengan kebiasaan sarapan ($p < 0,05$). Faktor paling dominan yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan adalah ketersediaan sarapan di rumah. Diharapkan bagi pihak sekolah agar memberikan pendidikan gizi dan promosi kepada siswa tentang kesehatan terutama pentingnya sarapan melalui Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dalam materi pelajaran maupun Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Dengan mengadakan penyuluhan kesehatan tentang materi pedoman gizi seimbang kepada siswa, guru maupun komite sekolah dapat menjadi jembatan informasi kepada keluarga khususnya ibu siswa yang berperan dalam ketersediaan sarapan.</p><hr /><p>ABSTRACT Breakfast is important for everyone to start their activities throughout the day. The breakfast is a source of energy and nutrients for thinking, learning and performing an optimal activity after waking up in the morning. For school children, breakfast is proven to improve their learning ability and stamina. The habits of breakfast can instill good diet. This research aims to evaluate the determinant factor of the breakfast habits of students in junior high school IT Insan Harapan South Tangerang. This study used cross-sectional design. The samples in this study were 195 students of grade VII and VIII at Junior High School IT Insan Harapan South Tangerang. Computerized SPSS program was used to process data. Data were analyzed by using of Chi Square and logistic regression. Results of this study showed proportion of students who have a better breakfast habits (56.4%). Statistical test results showed that there was a significant relationship between the sexes, breakfast availability, sports activity with the breakfast habits ($p < 0,05$). The most dominant factor associated with breakfast habits is the availability of breakfast at home. For further improvement of breakfast habits, the schools should provide nutrition education and health promotion to students about the importance of breakfast, especially through Information, Education and Communication (IEC) in the subject matter and School Health Unit (UKS). By conducting health education about balanced nutrition guidance materials to students, teachers and school committee can be a bridge of information to families, especially mothers of students who play a role in the availability of breakfast.</p>