

**GAMBARAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN STATUS
GIZI PADA SISWA DI SMP NEGERI 2 PEKANBARU**

ANGELLIFRA MEISHA PUTRI



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
PEKANBARU**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi Pada Siswa di SMP Negeri 2 Pekanbaru” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 04 Juni 2025



Angellifra Meisha Putri
P032213411048

PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi Pada Siswa di SMP Negeri 2 Pekanbaru” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal dan dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, 04 Juni 2025



Angellifra Meisha Putri
P032213411048

**GAMBARAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN STATUS
GIZI PADA SISWA DI SMP NEGERI 2 PEKANBARU**

ANGELLIFRA MEISHA PUTRI

Tugas Akhir

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya pada program Studi Gizi

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
PEKANBARU**

2025

HALAMAN PENGESAHAN

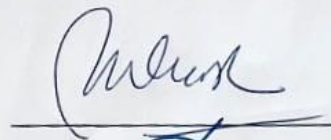
Judul Tugas Akhir : Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Status Gizi
Pada Siswa di SMP Negeri 2 Pekanbaru

Nama : Angellifra Meisha Putri

NIM : P032213411048

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

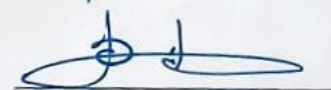
Pembimbing :
Muhami, SP, M.Gizi



Penguji 1 :
Alkausyari Aziz, SKM, M.Kes



Penguji 2 :
Roziana, SST, M.Gizi



Diketahui Oleh

Ketua Jurusan Gizi
Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 04 Juni 2025

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau. Adapun judul dari tugas akhir ini “Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi Pada Siswa di SMP Negeri 2 Pekanbaru”.

Dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini, secara khusus penulis mengucapkan terimakasih dan rasa hormat yang tinggi-tingginya atas segala jerih payah dan do’a kedua orang tua yang telah memberikan segenap kasih sayang, perhatian dan bimbingan yang tulus kepada penulis. Selain itu banyak pihak yang berperan dalam perkuliahan dan dalam penyelesaian tugas akhir, penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Rully Hevriani, SST, Bdn, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku ketua jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
3. Muharni, SP, M.Gizi selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, pikiran, memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Alkausyari Aziz, SKM, M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan Tugas Akhir ini
5. Roziana, SST, M.Gizi selaku penguji II yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
7. Para guru dan Staff SMP Negeri 2 Pekanbaru yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian

8. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan selama masa perkuliahan
9. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik dari semua pihak merupakan masukan yang sangat berguna bagi penulis.

Pekanbaru, 04 Juni 2024



Angellifra Meisha Putri

P032213411048

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
RIWAYAT HIDUP	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kebiasaan Sarapan Pagi	5
2.1.1 Pengertian Sarapan Pagi.....	5
2.1.2 Manfaat Sarapan Pagi	5
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Sarapan Pagi.....	6
2.1.4 Dampak Tidak Sarapan Pagi.....	7
2.2 Status Gizi	7
2.2.1 Pengertian Status Gizi.....	7
2.2.2 Penilaian Status Gizi	11

2.3 Hubungan Sarapan Pagi dan Status Gizi.....	12
BAB III KERANGKA KONSEP	14
3.1 Kerangka Teori.....	14
3.3 Definisi Operasional.....	15
BAB IV METODE PENELITIAN	16
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	16
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	16
4.3 Populasi dan Sampel	16
4.3.1 Populasi.....	16
4.3.2 Sampel.....	16
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	17
4.4.1 Jenis Data	17
4.4.2 Cara Pengumpulan Data.....	18
4.5 Pengolahan Data.....	18
4.6 Analisis Data	20
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	21
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian	21
5.2 Karakteristik Responden Penelitian	22
5.3 Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi.....	23
5.4 Gambaran Status Gizi.....	28
5.5 Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi	29
BAB VI PENUTUP	32
6.1 Kesimpulan.....	32
6.2 Saran.....	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori dan ambang batas status gizi anak berdasar Indeks IMT/U.....	8
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	15
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia, Jenis Kelamin, dan Kelas Responden.....	22
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi.....	24
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Siswa.....	28
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi Pada Siswa Smp Negeri 2 Pekanbaru.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Faktor yang mempengaruhi status gizi.....	9
Gambar 3.1 Kerangka Teori.....	14
Gambar 3.2 Kerangka Konsep.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden.....	38
Lampiran 2. Kuesioner.....	39
Lampiran 3. Master Data Penelitian.....	41
Lampiran 4. Hasil Output SPSS.....	44
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	47
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	49

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Kota Bukittinggi pada tanggal 15 bulan Mei Tahun 2004 sebagai anak pertama dari pasangan bapak Irsal dan ibu Yuliasma. Pendidikan sekolah menengah atas (SMA) ditempuh di SMA Negeri 2 Bukittinggi, dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun 2022, penulis diterima sebagai mahasiswa program Diploma III di Program Studi Gizi di Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.