

ABSTRAK

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
SKRIPSI, OKTOBER 2018**

QAHFY HERMAWAN

GAMBARAN KEBIASAAN SARAPAN, EDUKASI, STATUS GIZI DAN PRESTASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR DI SD MUHAMMADIYAH 1 DAN SD MUHAMMADIYAH 2 KOTA PONTIANAK TAHUN 2018.

xix + 48 halaman + 14 tabel + 4 gambar + 8 lampiran

Berdasarkan rekomendasi WHO, sarapan yang baik dan memenuhi kriteria gizi adalah sarapan yang menyuplai karbohidrat (55 - 65%), protein (12-15%), lemak (24 - 30%). Jumlah energy yang harus terpenuhi dalam sarapan yaitu sekitar 370-555 kkal dan protein sekitar 9,8-14,7 gram. pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas di pagi hari dan menyumbangkan gizi sekitar 15%-30% dari kebutuhan kalori sehari. Di temukan masalah bahwa tingginya persentase kebiasaan sarapan kadang – kadang atau tidak sebesar 48,5 %, tidak mendapatkan edukasi tentang sarapan sebesar 35,6 % dan prestasi belajar kurang baik sebesar 12,9 %. Tujuan penelitian ini adalah untuk Menggambarkan Kebiasaan Sarapan, Edukasi dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah 1 dan SD Muhammadiyah 2 Kota Pontianak.

Metode penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan kelas V Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 dan Sekolah Dasar Muhammadiyah 2 Kota Pontianak yang berjumlah 463 siswa. Sampel berjumlah 132 siswa/I. instrumen yang digunakan yaitu kuesioner, timbangan beran badan, microtois.

Hasil penelitian ini diperoleh bahwa total keseluruhan responden sering sarapan sebesar 51,5 %, mendapatkan edukasi sebesar 64,4 %, status gizi normal sebesar 98,5 dan prestasi belajar baik sebesar 87,1 %. Terbagi di siswa sekolah dasar muhammadiyah 2, sering sarapan sebesar 51,1 %. Sedangkan siswa sekolah dasar muhammadiyah 1, sering sarapan sebesar 33,3 %. siswa sekolah dasar muhammadiyah 2, mendapatkan edukasi tentang sarapan sebesar 68,9 %. Sedangkan siswa sekolah dasar muhammadiyah 1, mendapatkan edukasi tentang sarapan sebesar 54,8 %. siswa sekolah dasar muhammadiyah 2, Status gizi normal sebesar 98,9 %. Sedangkan siswa sekolah dasar muhammadiyah 1, Status gizi normal sebesar 97,6 %. Prestasi belajar dapat dilihat hasilnya bahwa sebagian besar siswa sekolah dasar muhammadiyah 2, Prestasi belajar baik sebesar 81,1 %, Sedangkan siswa sekolah dasar muhammadiyah 1, Prestasi belajar baik sebesar 100 %. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingginya persentase kebiasaan sarapan kadang – kadang atau tidak sebesar 45,8 % dan berdampak pada prestasi responden tidak baik sebesar 12,9 %.

Saran untuk pihak sekolah manfaatkan media informasi tentang manfaat sarapan sebelum pergi sekolah, orang tua harus mengingatkan dan menyiapkan sarapan untuk anak sarapan sebelum pergi sekolah.

Kata Kunci : Kebiasaan Sarapan, Status Gizi, Prestasi Belajar