

ABSTRAK

Dian Aldyla. Hubungan Pengetahuan Pangan dan Gizi dan Sikap Gizi Seimbang Dengan Asupan Energi Sarapan Pada Anak Sekolah SDN 105373 Tualang. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan. 2025.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena ketidakseimbangan asupan energi sarapan pada anak sekolah yang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan pangan dan gizi serta sikap terhadap gizi seimbang yang belum optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan pangan dan gizi serta sikap gizi seimbang dengan asupan energi sarapan pada anak sekolah di SDN 105373 Tualang.

Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 40 siswa kelas IV, V, dan VI yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner GENIUS untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap, serta metode *food recall* untuk mengukur asupan energi sarapan responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan pangan dan gizi dalam kategori sedang (50,0%), namun sebagian besar memiliki sikap gizi seimbang yang negatif (65,0%). Terkait asupan energi sarapan, sebanyak 50,0% responden berada dalam kategori berlebih. Analisis statistik menggunakan uji Rank Spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan pangan dan gizi dengan asupan energi sarapan ($p = 0,52$). Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara sikap gizi seimbang dengan asupan energi sarapan ($p = 0,02$) Dapat disimpulkan bahwa sikap terhadap gizi seimbang memiliki peranan yang lebih krusial dalam menentukan asupan energi sarapan anak dibandingkan pengetahuan semata. Pengetahuan yang baik tidak selalu menjamin praktik konsumsi energi yang tepat tanpa didukung oleh sikap positif dalam menerapkan prinsip gizi seimbang.

Kata kunci: Pengetahuan Pangan dan Gizi, Sikap Gizi Seimbang, Asupan Energi Sarapan, Anak Sekolah



ABSTRACT

Dian Aldyla. *The Relationship between Food and Nutrition Knowledge and Balanced Nutrition Attitudes and Breakfast Energy Intake in Schoolchildren of SDN 105373 Tualang. Thesis. Faculty of Engineering, State University of Medan. 2025*

This study was motivated by the phenomenon of imbalanced breakfast energy intake among school children, which is influenced by their level of food and nutrition knowledge as well as their attitudes toward balanced nutrition that are not yet optimal. This study aimed to analyze the relationship between food and nutrition knowledge and balanced nutrition attitudes with breakfast energy intake among students at SDN 105373 Tualang.

This research employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 40 students from grades 4, 5, and 6, selected using purposive sampling techniques. Data were collected using the GENIUS questionnaire to measure knowledge and attitudes, and the food recall method to assess respondents' breakfast energy intake.

The results showed that the majority of respondents had a moderate level of food and nutrition knowledge (50.0%), while most had negative attitudes toward balanced nutrition (65.0%). Regarding breakfast energy intake, 50.0% of respondents were categorized as excessive. Statistical analysis using the Spearman Rank test indicated that there was no significant relationship between food and nutrition knowledge and breakfast energy intake ($p = 0.52$). However, there was a significant relationship between balanced nutrition attitudes and breakfast energy intake ($p = 0.02$). In conclusion, attitudes toward balanced nutrition play a more crucial role in determining children's breakfast energy intake compared to knowledge alone. Good knowledge does not necessarily guarantee appropriate energy consumption practices without being supported by positive attitudes in applying balanced nutrition principles.

Keywords: *Food and Nutrition Knowledge, Balanced Nutrition Attitudes, Breakfast Energy Intake, School Children*

