

ABSTRAK

Syarah Sahira. Nim 5181240003. Hubungan Pengetahuan Pangan Dan Gizi Siswa Dengan Asupan Energi Sarapan Siswa SDN 164525 Tebing Tinggi. Program Studi Gizi. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan. 2024.

Anak pada usia sekolah membutuhkan banyak energi untuk tumbuh kembang dan beraktivitas. Salah satu pesan gizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan energi pada anak usia sekolah adalah sarapan pagi. pertama di awal hari untuk memenuhi asupan gizi yang diperlukan oleh tubuh. Sarapan sangat diperlukan oleh anak usia sekolah. Kesadaran akan pentingnya sarapan memerlukan pengetahuan pangan dan gizi yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan pangan dan gizi dengan asupan energi sarapan siswa di SDN 164525 Kota Tebing Tinggi. Populasi dalam penelitian ini adalah anak kelas 5-6 SDN 164525 Kota Tebing Tinggi. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling sehingga diperoleh sampel sebanyak 38 orang. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Fisher.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah Karakteristik responden didominasi oleh anak kelas 6 sebanyak 71.05%, rata-rata usia responden adalah 11.16 tahun, responden didominasi oleh siswa berjenis kelamin laki-laki sebanyak 60.53%, dan sebanyak 31.58% siswa memiliki uang saku sebesar Rp5,000-Rp10,000. Tingkat pengetahuan pangan dan gizi didominasi oleh tingkat pengetahuan pangan dan gizi kurang sebanyak 52.63% siswa. Sebanyak 84.21% responden dalam penelitian ini memiliki asupan energi sarapan kurang dengan rata-rata asupan energi sebesar 342.76 kkal. Hasil analisis uji Fisher menunjukkan tidak hubungan antara pengetahuan pangan dan gizi dengan asupan energi sarapan yang ditunjukkan dengan p value sebesar 0.616. Adapun nilai Odds Ratio (OR) sebesar 1.13 dengan Confidence Interval (CI) sebesar 0.198-6.846 yang artinya siswa dengan pengetahuan pangan dan gizi yang baik berpeluang 1.13 kali memiliki asupan energi sarapan yang baik.

Kata kunci : Asupan energi sarapan, pengetahuan pangan dan gizi, kebutuhan energi.

ABSTRACT

Syarah Sahira. Nim 5181240003. Relationship between Students' Food and Nutrition Knowledge and Students' Breakfast Energy Intake in SDN 164525 Tebing Tinggi. Nutrition Program Study. Education of Family Welfare. Engineering Faculty. Universitas Negeri Medan. 2024

School-age children need a lot of energy to grow and develop and be active. One of the messages of balanced nutrition to meet the energy needs of school-age children is breakfast, first thing in the morning to meet the nutritional intake needed by the body. Breakfast is very necessary for school-age children. Awareness of the importance of breakfast requires good knowledge of food and nutrition. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge of food and nutrition and breakfast energy intake of students at SDN 164525 Tebing Tinggi City. The population in this study were children in grades 5-6 of SDN 164525 Tebing Tinggi City. The sampling technique used was total sampling so that a sample of 38 people was obtained. The research design used in this study was cross-sectional. The hypothesis test used in this study was the Fisher test.

The results obtained in this study are the characteristics of respondents dominated by 6th grade children as much as 71.05%, the average age of respondents is 11.16 years, respondents are dominated by male students as much as 60.53%, and as many as 31.58% of students have pocket money of Rp5,000-Rp10,000. The level of knowledge of food and nutrition is dominated by the level of knowledge of food and nutrition is lacking as much as 52.63% of students. As many as 84.21% of respondents in this study had insufficient breakfast energy intake with an average energy intake of 342.76 kcal. The results of the Fisher test analysis showed no relationship between knowledge of food and nutrition and breakfast energy intake as indicated by a p value of 0.616. The Odds Ratio (OR) value is 1.13 with a Confidence Interval (CI) of 0.198-6.846 which means that students with good knowledge of food and nutrition have a 1.13 times greater chance of having good breakfast energy intake.

Keywords: Breakfast energy intake, food and nutrition knowledge, energy intake.