

ABSTRAK

Tasya Ainun Nisa : Hubungan Pengetahuan Pangan dan Gizi Ibu dengan Asupan Energi Sarapan Siswa SD Negeri 164524 Tebing Tinggi. Skripsi. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan.2025

Sarapan adalah aktivitas makan dan minum di pagi hari, paling lambat hingga pukul 09.00, yang berfungsi memenuhi 15-30% dari total kebutuhan gizi harian untuk mendukung gaya hidup sehat, aktif, dan produktif. Meskipun penting sebagai bagian dari gizi seimbang, banyak masyarakat Indonesia yang belum membiasakan diri untuk sarapan. Anak sekolah yang melewatkan sarapan pagi berisiko mengalami penurunan konsentrasi belajar karena tubuh tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup. Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui: (1) Karakteristik responden (2) Pengetahuan pangan dan gizi ibu (3) Asupan energi sarapan pada siswa. (4) Hubungan antara pengetahuan dan gizi ibu dengan asupan energi sarapan siswa SD Negeri 164524 Tebing Tinggi.

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 164524 Tebing Tinggi dan dilaksanakan pada bulan Agustus – Desember 2023. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 4-6 di SD Negeri 164524 Tebing Tinggi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian menggunakan *Total sampling* dengan total responden 63 responden. Penelitian ini menggunakan 2 kuesioner, yang pertama kuesioner pengetahuan ibu dengan jumlah 12 butir pertanyaan dan kuesioner *Recall* Sarapan untuk responden siswa. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross sectional*.

Analisis data dilakukan secara univariat. Analisis univariat dilakukan dengan uji Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan asupan energi sarapan termasuk kategori cukup yaitu sebesar 47,6%. Sebanyak 65,1% ibu di SD Negeri 164524 Tebing Tinggi memiliki pengetahuan pangan dan gizi dalam kategori kurang. Hasil uji korelasi rank spearman tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan pangan dan gizi ibu dengan asupan energi sarapan siswa dengan p-value 0,345.

Kata kunci : Asupan Energi, Gizi, Pangan, Pengetahuan, Sarapan

ABSTRACT

Tasya Ainun Nisa : The Relationship Between Maternal Food and Nutrition Knowledge and Breakfast Energy Intake of Students at SD Negeri 164524 Tebing Tinggi. Thesis. Faculty of Engineering. Universitas Negeri Medan. 2025.

Breakfast is the activity of eating and drinking in the morning, at the latest until 9:00 AM, which serves to fulfill 15-30% of the total daily nutritional needs to support a healthy, active, and productive lifestyle. Despite its importance as part of a balanced diet, many Indonesians have not made breakfast a habit. School children who skip breakfast are at risk of decreased concentration in learning because their bodies do not receive adequate nutritional intake. This study aimed to determine: (1) Respondent characteristics, (2) Maternal knowledge of food and nutrition, (3) Students' breakfast energy intake, and (4) The relationship between maternal food and nutrition knowledge and breakfast energy intake of students at SD Negeri 164524 Tebing Tinggi.

This research was conducted at SD Negeri 164524 Tebing Tinggi from August to December 2023. The population of this study consisted of 4th-6th grade students at SD Negeri 164524 Tebing Tinggi. Total sampling was used as the sampling technique, with a total of 63 respondents. This study utilized two questionnaires: the first was a maternal knowledge questionnaire with 12 questions, and the second was a Breakfast Recall questionnaire for student respondents. A cross-sectional study design was employed.

Univariate analysis was conducted using the Spearman Rank correlation test. The results of the study showed that breakfast energy intake was in the adequate category for 47.6% of the students. A total of 65.1% of mothers at SD Negeri 164524 Tebing Tinggi had poor knowledge of food and nutrition. The Spearman Rank correlation test indicated that there was no significant relationship between mothers' knowledge of food and nutrition and students' breakfast energy intake, with a p-value of 0.345.

Keywords :Breakfast, Energy Intake, Food, Knowledge, Nutrition.