

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBIASAAN DAN KUALITAS SARAPAN SISWA KELAS  
V DI SDN SENDANGMULYO 04 KECAMATAN TEMBALANG, SEMARANG TAHUN 2015

SYILGA CAHYA GEMILY – 25010111120001

(2015 - Skripsi)

Sarapan dapat menyumbang sekitar 15-30% kebutuhan gizi per hari, memelihara ketahanan fisik dan meningkatkan produktivitas kerja. Di Indonesia, ditemukan sebesar 40% anak tidak sarapan dan 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15% kebutuhan energi per hari. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan dan kualitas sarapan pada siswa kelas V di SDN Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dan kualitatif dimana metode kuantitatif digunakan untuk mengetahui kebiasaan dan kualitas sarapan serta faktor-faktor yang berhubungan dan metode kualitatif untuk mengetahui alasan yang melatarbelakanginya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SDN Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang dengan sampel sebanyak 63 orang yang diambil dengan metode *purposive sampling*. Analisis data metode kuantitatif menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan taraf signifikansi 95% dan metode kualitatif menggunakan analisis secara induktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin ( $p=0,002$ ), pendidikan ibu ( $p=0,023$ ), pekerjaan ibu ( $p=0,023$ ), kebiasaan sarapan dalam keluarga ( $p=0,028$ ) dan dorongan keluarga ( $p=0,000$ ) dengan kebiasaan sarapan. Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dalam keluarga dengan kualitas sarapan ( $p=0,027$ ). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar (67%) siswa kelas V di SDN Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang terbiasa sarapan dan sebagian besar (61,9%) memiliki kualitas sarapan yang buruk. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan dan kualitas sarapan adalah kebiasaan sarapan dalam keluarga

**Kata Kunci:** sarapan, faktor-faktor, kebiasaan, kualitas