

## HUBUNGAN FAKTOR *PREDISPOSING*, *ENABLING* DAN *REINFORCING* DENGAN KEBIASAAN SARAPAN ANAK SEKOLAH DASAR (KASUS DI SDN WARU 2, SIDOARJO)

**Indira Rachmitha**

Program Studi S-1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya  
[indirayuichan93@gmail.com](mailto:indirayuichan93@gmail.com)

**Dra. Rahayu Dewi S., M.Si**

Dosen Program Studi S-1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya  
[dewimende@yahoo.com](mailto:dewimende@yahoo.com)

### Abstrak

Sarapan merupakan kegiatan makan dan minum di pagi hari untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat. Anak sekolah dasar sebagai generasi penerus bangsa perlu dibiasakan pola hidup sehat salah satunya yaitu membiasakan sarapan pagi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan sarapan anak sekolah dasar di SDN Waru 2 dan melihat hubungan antara faktor *predisposing*, faktor *reinforcing* dan faktor *enabling* dengan kebiasaan sarapan. Faktor *predisposing* meliputi karakteristik siswa (usia dan jenis kelamin), pengetahuan gizi anak tentang sarapan dan sikap anak terhadap kebiasaan sarapan, Faktor *enabling* meliputi ketersediaan sarapan, kebiasaan membawa bekal, jarak dari rumah ke sekolah, besar uang jajan, dan kebiasaan jajan. Faktor *reinforcing* meliputi pekerjaan orang tua, tingkat pendidikan ibu dan penghasilan orang tua.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sumber data adalah anak sekolah dasar SDN Waru 2 kelas 4 dan 5. Kegiatan pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diisi oleh subjek penelitian serta metode wawancara menggunakan lembar *food recall* untuk mengumpulkan data frekuensi sarapan, jenis, dan kuantitas menu sarapan. Analisa data menggunakan uji chi-square untuk mencari hubungan antara faktor *predisposing*, *enabling* dan *reinforcing* dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2, Sidoarjo.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 90,5% responden memiliki frekuensi sarapan yang sering dan 20,3% memiliki konsumsi sarapan yang memenuhi 25 persen kebutuhan energi sehari. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *predisposing*, yaitu jenis kelamin ( $p\text{-value}=0,410$ ) dan pengetahuan gizi ( $p\text{-value}=0,284$ ) dengan kebiasaan sarapan anak ( $p\text{-value} > 0,005$ ). Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *reinforcing*, yaitu pendidikan ibu ( $p\text{-value}=0,506$ ) dan penghasilan ( $p\text{-value}=0,699$ ) dengan kebiasaan sarapan anak ( $p\text{-value}>0,005$ ). Terdapat hubungan yang bermakna antara ketersediaan sarapan ( $p\text{-value} = 0,002$ ) dengan kebiasaan sarapan anak ( $p\text{-value}<0,005$ ) tetapi tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *enabling* lainnya yaitu kebiasaan jajan ( $p\text{-value}=0,483$ ) dengan kebiasaan sarapan anak.

Kata kunci: kebiasaan sarapan, anak sekolah dasar

### Abstract

Breakfast is an activity of eating and drinking in the morning to meet most of the daily nutritional requirements to create a healthy life. Primary school children as the future generation needs to be accustomed to a healthy lifestyle and one of them is habituate breakfast.

This study aims to know the breakfast habits of primary school children in SDN Waru 2 and find the relationship between predisposing factors, enabling factors and reinforcing factors with breakfast habits. Predisposing factors include student characteristics (age and sex), child nutrition knowledge about the breakfast and the child's attitude towards breakfast habits, enabling factors include the availability of breakfast, bring lunch habits, the distance from home to school, pocket money, and the habit of eating snacks. Reinforcing factors include parents job, mother's education level and parents income.

This research was a correlational study with cross-sectional approach. The data source were children of primary school SDN Waru 2 grade 4 and 5. The data collected by questionnaires filled out by the subject of research and interviews used food recall sheet to know frequency, type, and quantity of the breakfast menu. Data were analyzed using chi-square test to find the relationship between predisposing factors, enabling and reinforcing the breakfast habits of children SDN 2 Waru, Sidoarjo

The results showed that as many as 90.5% of respondents had a frequency of breakfast often and 20.3% had breakfast consumption that meets 25 percent of the daily energy requirement. There was no significant relationship between predisposing factors, include gender ( $p\text{-value}=0,410$ ) and nutrition knowledge ( $p\text{-value}=0,284$ ) with breakfast habits of children ( $p\text{-value}>0,005$ ). There was no significant correlation between

the reinforcing factors, include mother's education level ( $p\text{-value}=0,506$ ) and parents income ( $p\text{-value}=0,699$ ) with breakfast habits of children ( $p\text{-value}>0,005$ ). There was a significant correlation between the availability of breakfast ( $p\text{-value}=0,002$ ) with breakfast habits of children ( $p\text{-value}<0,005$ ) but there was no significant relationship between other enabling factors, habit of eating snacks ( $p\text{-value}=0,483$ ) with breakfast habits of children.

Keywords: breakfast habit, primary school children

## PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia merupakan masalah besar yang belum pernah terselesaikan. Masalah gizi tersebut adalah kekurangan gizi yang belum terselesaikan lalu muncul masalah gizi baru, yaitu prevalensi masalah gizi lebih yang menyebabkan obesitas dan penyakit degeneratif yang dialami orang dewasa hingga menimpa anak-anak di daerah perkotaan. Umumnya masalah gizi disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi dan kesadaran akan pentingnya keadaan gizi seseorang. Dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia, perlu dilakukan upaya perbaikan gizi masyarakat melalui penerapan gizi seimbang. Salah satu upaya untuk perbaikan gizi adalah membiasakan pola hidup sehat sejak usia dini, salah satunya pada anak usia sekolah. Kelompok anak usia sekolah merupakan sasaran strategi dalam perbaikan gizi masyarakat dan merupakan generasi penerus tumpuan bangsa yang akan melanjutkan roda pembangunan di masa mendatang.

Untuk memberikan arahan perilaku konsumsi makanan yang baik dan benar serta perilaku hidup bersih dan sehat, Menteri Kesehatan Republik Indonesia bersama pihak terkait menyusun Pesan Gizi Seimbang yang tercantum dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 41 tahun 2014. Di dalam peraturan tersebut diuraikan secara rinci tentang pedoman Gizi Seimbang untuk berbagai kelompok umur dengan salah satu isi pesannya yaitu membiasakan sarapan setiap hari.

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan sejak bangun pagi hingga jam sembilan pagi untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian sebesar kurang lebih 15-30%, dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif (Permenkes RI, nomor 41 tahun 2014). Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Berdasarkan hasil penelitian yang ada sebanyak 43,76% anak sekolah dasar di Semarang tidak terbiasa sarapan (Mariza dan Kusumastuti, 2013) dan presentase siswa sekolah dasar di Depok yang biasa sarapan hanya berada pada kisaran 68,8-80% yang mengindikasikan

bahwa tidak semua anak membiasakan sarapan (Sofianita, dkk, 2015). Kebiasaan makan pagi sangat penting terutama untuk anak usia sekolah karena selain berfungsi memberi energi awal di pagi hari yang akan meningkatkan konsentrasi belajar, juga dapat menunjang pertumbuhan terutama di usia pertumbuhan. Bila anak tidak makan pagi, akan terjadi kekosongan lambung sehingga kadar glukosa akan menurun. Glukosa darah merupakan sumber energi utama bagi otak, sehingga anak akan kesulitan menerima pelajaran dengan baik (Khomsan, 2004)

*Predisposing factor*, *enabling factor*, dan *reinforcing factor* merupakan teori yang menjelaskan suatu penyebab terjadinya perilaku kesehatan dari delapan fase model terciptanya perilaku kesehatan yang dikembangkan oleh Lawrence Green (1980) yaitu *PRECEDE-PROCEED model* (Fertman, 2010). *Predisposing factor* adalah faktor yang muncul atau dimiliki oleh masing-masing individu yang menimbulkan keinginan untuk melakukan perilaku kesehatan, faktor ini meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, pandangan dan persepsi. Pada perilaku kebiasaan sarapan pada anak sekolah, Hermina, dkk (2009) mengategorikan *predisposing factor* meliputi karakteristik anak, pengetahuan gizi anak tentang sarapan, dan sikap anak terhadap kebiasaan sarapan. *Enabling factor* adalah faktor pemungkin terjadinya suatu perilaku kesehatan, seperti tersedianya sumber daya, fasilitas dan sarana pendukung untuk terwujudnya perilaku kesehatan tersebut. Faktor *enabling* menurut Hermina, dkk (2009) meliputi ketersediaan sarapan di rumah, kebiasaan membawa bekal ketika tidak tersedia sarapan di rumah, jumlah uang saku, dan kebiasaan jajan. *Reinforcing factor* adalah faktor yang mendorong untuk terjadinya suatu perilaku kesehatan dari pengaruh atau dukungan orang lain. Faktor ini berasal dari orang tua, guru, atau petugas kesehatan. Menurut Hermina, dkk (2009) *Reinforcing factor* meliputi status pekerjaan ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ayah dan penghasilan orang tua.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara faktor *predisposing*, faktor *enabling* dan faktor *reinforcing* dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2.

Populasi pada penelitian ini yaitu semua siswa SDN Waru 2, Sidoarjo pada tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah 473 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 dan kelas 5 di SDN Waru 2. Jumlah sampel yang dibutuhkan dihitung menggunakan rumus Slovin (Notoatmojo, 2003), yaitu

$$n = \frac{N}{N \cdot (d^2) + 1}$$

Keterangan:

n = besar sampel

N = jumlah populasi

d = taraf nyata atau batas kesalahan

Dengan jumlah populasi sebanyak 473 anak, maka didapat hasil sebagai berikut,

$$n = \frac{473}{473(0,05^2) + 1}$$

$n = 36,88$  dibulatkan menjadi 37

Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa jumlah sampel yang dibutuhkan sebesar 37 responden dari jumlah populasi sebanyak 473 siswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan metode "Purposive Sampling" yang merupakan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel ini diambil dari kelas 4 yang berjumlah dua kelas dan kelas 5 yang berjumlah tiga kelas, tiap tingkat kelas diambil 37 anak sebagai sampel maka diperoleh hasil sampel total 74 anak

Data primer yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah kebiasaan sarapan (frekuensi makan dan menu sarapan), karakteristik responden (jenis kelamin dan usia), pengetahuan gizi sarapan, sikap terhadap kebiasaan sarapan, ketersediaan sarapan, kebiasaan membawa bekal, jarak dari rumah ke sekolah, besar uang saku, kebiasaan jajan, status bekerja ibu, pendidikan ibu, pekerjaan bapak, dan penghasilan orang tua. Pengumpulan data tentang kebiasaan sarapan dilakukan menggunakan metode wawancara pada tiap anak dengan lembar *food recall*. Untuk pengumpulan data primer lainnya diperoleh melalui penyebaran kuisioner kepada responden. Data sekunder yang dibutuhkan adalah gambaran umum keadaan sekolah yang diperoleh melalui observasi dan wawancara pada pihak guru dan kepala sekolah.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik analisis *chi-square*. Analisis *food recall*

untuk data jenis serta jumlah makanan yang dikonsumsi dihitung dan dianalisis menggunakan rumus penghitungan zat energi pada makanan. Data porsi pangan dari lembar *food recall* dikonversikan dengan acuan DKBM (2007) untuk mengetahui kandungan zat gizinya. Perhitungan data kebutuhan energi dikelompokkan sesuai kategori kecukupan energi yang dianjurkan berdasarkan umur dan jenis kelamin pada Angka Kecukupan Gizi (AKG). Rumus menghitung konversi bahan pangan untuk menghitung kandungan zat energi yaitu,

$$\text{Energi} = \frac{\text{BDD}}{100} \times \frac{\text{Berat Bahan}}{100} \times \text{Kandungan Zat Gizi}$$

Keterangan:

BDD = Berat yang bahan yang dapat dikonsumsi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kebiasaan Sarapan

Praktik kebiasaan sarapan diukur berdasarkan frekuensi sarapan yang dilakukan dalam seminggu dan asupan energi dari jenis dan jumlah menu sarapan yang dikonsumsi. Asupan energi dari menu sarapan anak diukur dengan *food recall*, khusus makan pagi pada hari kunjungan penelitian. Asupan energi makan pagi harus memenuhi 25% AKG sehari anak usia 9 tahun dan usia 10-12 tahun, yaitu sebesar 462,5 kkal dari total kalori 1850 kkal untuk anak usia 9 tahun, sebesar 500 kkal dari total kalori 2000 kkal untuk anak perempuan usia 10-12 tahun dan sebesar 525 kkal untuk anak laki-laki usia 10-12 tahun.

Gambaran frekuensi sarapan dari anak yaitu dikategorikan selalu jika dilakukan lebih dari 4 kali dalam seminggu dan dikategorikan tidak pernah jika dilakukan kurang dari 4 kali dalam seminggu.

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Frekuensi Sarapan

Frekuensi Sarapan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Selalu (> 4 kali seminggu)	67	90,5
Tidak pernah (< 4 kali seminggu)	7	9,5
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 dijelaskan bahwa sebagian besar anak yaitu sebanyak 67 anak (90,5%) memiliki frekuensi sarapan 'selalu' yaitu dilakukan lebih dari 4 kali dalam seminggu. Sebanyak 7 anak (9,5%) memiliki frekuensi sarapan dibawah 4 kali dalam seminggu. Gambaran konsumsi sarapan anak yaitu dikatakan baik jika asupan energinya telah memenuhi 25% dari total AKG sehari, dan dikatakan kurang jika kecukupan energinya kurang dari 25% total AKG sehari.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan Energi dari Menu Sarapan

Kecukupan Energi	Jumlah (n)	Presentase (%)
<u>Usia 9 tahun</u>		
Baik (> 462,5 kkal)	3	4,1
Kurang (< 462,5 kkal)	9	12,2
<u>Usia 10-12 tahun (laki-laki)</u>		
Baik (> 525 kkal)	6	8,1
Kurang (< 525 kkal)	33	44,6
<u>Usia 10-12 tahun (perempuan)</u>		
Baik (> 500 kkal)	6	8,1
Kurang (< 500 kkal)	17	22,9
Total	74	100

Dari Tabel 2 dijelaskan bahwa sebagian besar responden menu sarapannya kurang memenuhi 25% dari kebutuhan energi hariannya. Sebanyak 59 responden (79,7%) memiliki kecukupan energi dari menu sarapan yang 'kurang', dan hanya sebanyak 15 responden (20,3%) yang konsumsi sarapannya telah memenuhi AKG harian. Menu sarapan yang paling banyak dikonsumsi anak SDN Waru 2 yaitu berupa nasi+lauk pauk+sayur+minuman.

#### Faktor Predisposing

Faktor *Predisposing* adalah faktor mempermudah terjadinya perilaku anak untuk membiasakan sarapan meliputi karakteristik anak, pengetahuan gizi sarapan anak dan sikap anak terhadap kebiasaan sarapan. Karakteristik anak meliputi jenis kelamin dan usia. Responden dalam penelitian ini berjumlah 74 anak dengan jumlah anak laki-laki sebanyak 43 anak (58,1%) dan responden perempuan sebanyak 31 anak (41,9%) dengan rentang usia antara 9-12 tahun yaitu yang berjumlah usia 9 tahun sebanyak 13 anak, jumlah usia 10 tahun 35 anak, jumlah usia 11 tahun 23 anak, dan jumlah usia 12 tahun 3 anak.

Pengukuran tingkat pengetahuan gizi sarapan yaitu dengan menghitung jawaban benar dari pertanyaan yang diajukan di kuisioner. Hasil penilaian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 63 anak (85,1%) memiliki pengetahuan gizi sarapan 'baik', dan sebanyak 11 anak (14,9%) memiliki pengetahuan gizi yang cukup baik (sedang). Hasil penilaian tercantum pada Tabel 4. Sikap terhadap kebiasaan sarapan merupakan tanggapan atau penilaian responden terhadap konsep yang berhubungan kebiasaan sarapan.

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Karakteristik Anak

Karakteristik Siswa	Jumlah (n)	Presentase (%)
<u>Jenis Kelamin</u>		
Laki-laki	42	56,8
Perempuan	32	43,2
Total	74	100
<u>Usia</u>		
9 tahun	14	18,9
10 tahun	34	45,9
11 tahun	23	31,2
12 tahun	3	4
Total	74	100

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Skor Pengetahuan Gizi Sarapan

Pengetahuan Gizi Sarapan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik (> 75%)	63	85,1
Sedang (40-75%)	11	14,9
Kurang (< 40%)	0	0,0
Total	74	100

Penilaian skor sikap menggunakan model skala Likert melalui 10 pernyataan yang terdiri dari pernyataan positif dan negatif dengan rentang jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Sikap responden terhadap kebiasaan sarapan dikategorikan menjadi dua kategori yaitu negatif apabila skor sikap kurang dari nilai mean dan positif bila skor sikap lebih dari nilai mean.

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Kebiasaan Sarapan

Sikap terhadap Kebiasaan Sarapan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Negatif (< 31,3)	41	55,4
Positif (> 31,3)	33	44,6
Total	74	100

Berdasarkan Tabel 5 dijelaskan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 41 responden (55,4%) memiliki sikap yang negatif terhadap kebiasaan sarapan dan sebanyak 33 responden (44,6%) memiliki sikap positif terhadap kebiasaan sarapan.

#### Faktor Enabling

Merupakan faktor yang mendukung terjadinya perilaku kebiasaan sarapan anak dari tersedianya fasilitas atau sarana yang mendukung, meliputi ketersediaan sarapan, kebiasaan membawa bekal, besar uang saku dan kebiasaan jajan.

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Faktor *Enabling*

Variabel	Jumlah (n)	Presentase (%)
<u>Ketersediaan Sarapan</u>		
Ada	67	90,5
Kadang-kadang ada	6	8,1
Tidak ada	1	1,4
<u>Jarak Rumah-Sekolah</u>		
Dekat	59	79,7
Jauh	15	20,3
<u>Besar Uang Saku</u>		
Banyak (> Rp 5.500)	47	63,5
Sedikit (< Rp 5.500)	27	36,5
<u>Kebiasaan Jajan</u>		
Sering (>2 kali/hari)	33	44,6
Tidak sering (<2 kali/hari)	41	55,4

Dijelaskan pada Tabel 6 bahwa sebanyak 67 anak (90,5%) menyatakan tersedia sarapan setiap hari di rumah, sebanyak 6 anak (8,1%) menyatakan kadang tersedia, dan 1 anak (1,4%) menyatakan tidak pernah tersedia sarapan di rumah. Jarak dari rumah ke sekolah dijelaskan pada Tabel 6 bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 59 anak (79,7%) jarak dari rumah ke sekolah termasuk kategori 'dekat' dan sebanyak 15 responden (20,3%) termasuk kategori 'jauh'.

Kebiasaan anak membawa bekal ke sekolah berupa makanan sumber kalori atau zat gizi lain sebagai 'pengganti' sarapan yang tidak disediakan di rumah. Jumlah responden yang membawa bekal ke sekolah sebagai pengganti jika tidak sarapan di rumah yaitu sebanyak 50 anak (67,6%) dan yang tidak biasa membawa bekal yaitu sebanyak 24 anak (32,4%). Besar uang saku anak SDN Waru 2 dikategorikan menjadi 'banyak' jika jumlah uang lebih besar dari nilai median, yaitu lebih besar dari Rp 5.500 dan 'sedikit' jika jumlah uang lebih sedikit dari Rp 5.500. Berdasarkan tabel 6 jumlah responden yang memiliki besar uang saku 'banyak' sebanyak 47 anak (63,5%) dan jumlah responden yang memiliki besar uang saku 'sedikit' sebanyak 27 anak (36,5%). Kebiasaan jajan merupakan frekuensi jajan anak dalam sehari yang dibeli dengan uang saku sendiri. Besar uang saku berpengaruh pada frekuensi jajan anak. Sebanyak 33

anak (44,6%) memiliki kebiasaan jajan sering, yaitu membeli jajan lebih dari dua kali dalam sehari dan sebanyak 41 anak (55,4%) memiliki kebiasaan jajan yang 'tidak sering' yaitu membeli jajan kurang dari dua kali dalam sehari.

### Faktor *Reinforcing*

Faktor *Reinforcing* adalah faktor yang memperkuat terjadinya perilaku kebiasaan sarapan pada anak yang berasal dari dorongan orang lain yaitu orang tua dan keluarga, meliputi status pekerjaan ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ayah dan penghasilan keluarga.

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Faktor *Reinforcing*

Variabel	Jumlah (n)	Presentase (%)
<u>Status Pekerjaan Ibu</u>		
Ibu bekerja	29	39,2
Ibu tidak bekerja	45	60,8
<u>Pekerjaan Bapak</u>		
Pegawai swasta	43	58,1
PNS/ABRI/POLRI	10	13,5
Buruh	2	2,7
Wiraswasta	19	25,7
<u>Pendidikan Ibu</u>		
Rendah (SD/SMP)	17	22,9
Menengah (SMA/SMK)	46	62,2
Tinggi (Diploma/Sarjana/Magister/Doktor)	11	14,9
<u>Penghasilan Keluarga</u>		
Tinggi (>UMK)	27	36,5
Sedang (UMK)	40	54,1
Rendah (<UMK)	7	9,5

Status pekerjaan Ibu adalah keterangan apakah Ibu dari responden bekerja diluar rumah atau tidak. Dari Tabel 7 dapat disimpulkan bahwa sebanyak 29 anak (39,2 %) memiliki Ibu yang bekerja di luar rumah dan sebanyak 45 anak (58,1%) memiliki ibu yang tidak bekerja di luar rumah.

Jenis pekerjaan yang dilakukan oleh sebagian besar Bapak dari responden adalah pegawai swasta, yaitu sebanyak 43 responden (58,1%), yang kedua yaitu wiraswasta sebanyak 19 responden (25,7%). Sebanyak 10 responden (13,5%) jenis pekerjaan bapaknya yaitu PNS/ABRI/POLRI dan jenis pekerjaan buruh sebanyak 2 responden (2,7%).

Pendidikan Ibu adalah jenjang pendidikan formal yang telah diselesaikan oleh Ibu. Tabel 4.16, dijelaskan bahwa paling banyak responden memiliki

Ibu dengan tingkat pendidikan menengah atau setara SMA/SMK sebanyak 46 responden (62,2%), yang kedua yaitu Ibu dengan tingkat pendidikan rendah atau setara SD/SMP sebanyak 17 responden (22,9%). Dan Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi atau setara diploma/sarjana/magister/doktor sebanyak 11 responden (14,9%). Penghasilan Keluarga merupakan jumlah penghasilan dalam satu bulan dari penghasilan orang tua atau kepala keluarga dari responden. Pada tabel 7 terlihat bahwa sebanyak 27 responden (36,5%) memiliki orang tua dengan rata-rata penghasilan 'tinggi'. Paling banyak responden memiliki orang tua dengan tingkat penghasilan 'sedang' yaitu sebanyak 40 responden (54,1%) dan orang tua dengan penghasilan 'rendah' sebanyak 7 responden (9,5%).

Sebelum dilakukan analisis *chi-square*, terlebih dahulu dilakukan analisis korelasi pearson antar variabel dependen yaitu meliputi jenis kelamin, pengetahuan gizi sarapan, sikap terhadap kebiasaan sarapan, ketersediaan sarapan, kebiasaan membawa bekal, jarak dari rumah ke sekolah, besar uang saku, kebiasaan jajan, status bekerja ibu, pendidikan ibu, pekerjaan bapak, dan penghasilan orang tua karena diantara variabel-variabel tersebut terdapat variabel *intervening*, yaitu variabel merupakan variabel penyela antara variabel independen dan variabel dependen sehingga variabel independen tidak langsung mempengaruhi berubahnya variabel dependen (Sugiyono, 2007). Dari hasil analisis korelasi pearson, maka dapat disimpulkan bahwa variabel-variabel yang diuji dengan analisis *chi-square* selanjutnya adalah variabel jenis kelamin pengetahuan gizi anak tentang sarapan (Faktor *predisposing*), ketersediaan sarapan, kebiasaan jajan, (Faktor *enabling*), pendidikan Ibu dan penghasilan keluarga (Faktor *reinforcing*),

#### Hubungan *Predisposing Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Berdasarkan Tabel 8 hasil analisis *chi-square* hubungan antara faktor *predisposing* dengan kebiasaan sarapan anak sekolah berdasarkan frekuensi sarapannya, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dan pengetahuan gizi dengan kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya. Hal ini dibuktikan dengan nilai *p-value* jenis kelamin yaitu 0,410 dan *p-value* untuk pengetahuan gizi yaitu 0,284 yang artinya nilai *p-value* lebih besar dari 0,05 ( $p \geq \alpha$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor *predisposing* tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan anak berdasarkan frekuensinya.

Tabel 8 Hasil analisis Hubungan *Predisposing Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Variabel	Kebiasaan Sarapan (Frekuensi)				Jumlah (n)	<i>p-value</i>
	Baik		Tidak baik			
	n	%	n	%		
<b>Jenis kelamin:</b>						
Laki-laki	37	88,1	5	11,9	42	0,410
Perempuan	30	93,8	2	6,2	32	
<b>Pengetahuan Gizi:</b>						
Baik	58	92,1	5	7,9	63	0,284
Sedang	9	81,8	2	18,2	11	
Kurang	-	-	-	-	-	

Hasil ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Sofianita, dkk (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan sarapan dimana anak perempuan lebih terbiasa sarapan setiap hari. Namun pada hasil tabulasi silang antara jenis kelamin dengan kebiasaan sarapan menunjukkan bahwa anak perempuan (93,8%) lebih banyak memiliki kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya yang baik daripada anak laki-laki (88,1%). Berdasar hasil penelitian ini pengetahuan gizi tidak memiliki hubungan yang bermakna pada kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Sofianita, dkk (2015) dan Hermina, dkk (2009) yang menyatakan pengetahuan gizi memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan. Dikutip oleh Hermina dkk (2009) menurut Notoatmojo (2003) pengetahuan merupakan faktor dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih 'bertahan lama' daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Hasil tabulasi silang antara pengetahuan gizi anak dengan kebiasaan sarapan menurut frekuensinya menunjukkan bahwa jumlah anak dengan kebiasaan sarapan yang baik juga memiliki pengetahuan gizi yang baik.

#### Hubungan *Enabling Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Berdasarkan analisis *chi-square*, diketahui bahwa ketersediaan sarapan memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya. Hal ini dibuktikan

dengan nilai *p-value* yaitu 0,002 yang lebih kecil dari 0,05 ( $p < \alpha$ ) artinya ada hubungan yang kuat antara ketersediaan sarapan dengan kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya. Sedangkan kebiasaan jajan berdasarkan analisis *chi-square* tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya. Hal ini dibuktikan dengan nilai *p-value* yaitu 0,483 yang lebih besar dari 0,05 ( $p \geq \alpha$ ).

Tabel 9 Hasil analisis Hubungan *Enabling Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Variabel	Kebiasaan Sarapan (Frekuensi)				Jumlah (n)	<i>p-value</i>
	Baik		Tidak baik			
	n	%	n	%		
<b>Ketersediaan sarapan:</b>						
Ada	63	94,1	4	5,9	67	0,002
Kadang-kadang	3	50	3	50	6	
Tidak ada	1	100	0	-	1	
<b>Kebiasaan Jajan</b>						
Sering	29	87,9	4	12,1	33	0,483
Tidak pernah	38	92,7	3	7,3	41	

Faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2 berdasarkan frekuensinya adalah ketersediaan sarapan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sofianita, dkk (2015) bahwa sebanyak 85% subjek anak sekolah dasar di Jakarta Selatan melakukan sarapan karena sarapan selalu tersedia di rumah atau disiapkan sebagai bekal apabila anak tidak sempat di rumah. Fakta tersebut juga diperkuat dengan hasil penelitian Hermina dkk (2009) yang mengatakan kecenderungan seorang anak untuk sarapan adalah karena sarapan tersebut tersedia di rumah. Sementara bila tidak tersedia maka anak yang sarapan akan lebih sedikit. Ketersediaan sarapan sangat dipengaruhi oleh peran keluarga terutama Ibu dalam menyiapkan makanan secara kuantitas maupun kualitas. Pemilihan dan pengadaan menu yang beragam dan bergizi untuk sarapan merupakan peran Ibu.

Hasil analisis *chi-square* yang menunjukkan bahwa kebiasaan jajan tidak memiliki hubungan yang signifikan pada kebiasaan sarapan, sejalan dengan hasil penelitian Hermina, dkk (2009) dan Sofianita, dkk (2015) bahwa kebiasaan jajan tidak berpengaruh pada kebiasaan sarapan anak.

### Hubungan *Reinforcing Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Hasil analisis *chi-square* hubungan antara faktor *reinforcing* dengan kebiasaan sarapan anak sekolah berdasarkan frekuensi sarapannya, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan Ibu dan penghasilan keluarga dengan kebiasaan sarapan berdasarkan frekuensinya. Hal ini dibuktikan dengan nilai *p-value* pendidikan Ibu yaitu 0,506 dan *p-value* untuk penghasilan keluarga yaitu 0,699 yang artinya nilai *p-value* lebih besar dari 0,05 ( $p \geq \alpha$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor *reinforcing* tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan anak berdasarkan frekuensinya.

Tabel 10 Hasil analisis Hubungan *Reinforcing Factor* dengan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar

Variabel	Kebiasaan Sarapan (Frekuensi)				Jumlah (n)	<i>p-value</i>
	Baik		Tidak baik			
	n	%	n	%		
<b>Pendidikan Ibu:</b>						
Dasar	15	88,2	2	11,8	17	0,506
Menengah	41	89,1	5	10,9	46	
Tinggi	11	100	0	-	11	
<b>Penghasilan</b>						
Tinggi	24	88,9	3	11,1	27	0,699
Sedang	37	90,2	4	9,7	41	
Rendah	6	100	0	-	6	

Hasil analisis ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Sofianita, dkk (2015) dan Hermina, dkk (2009) yang menyatakan faktor *reinforcing* yaitu pendidikan ibu memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan anak. Pendidikan ibu merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku sehat pada anak. Ibu juga mempunyai peran penting dalam memilih dan menyediakan jenis makanan untuk keluarga. Pendidikan dan pengetahuan ibu akan mempengaruhi kualitas gizi dalam penyediaan makanan di keluarga. Pendidikan ibu yang tinggi akan lebih memperhatikan pemilihan, penyusunan dan pemberian makan sesuai dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan anak. (Sofianita, dkk, 2015). Hasil analisis *chi-square* tersebut juga tidak sejalan dengan hasil penelitian Prastiani, dkk (2011) bahwa penghasilan keluarga memiliki hubungan yang bermakna dengan kebiasaan sarapan anak usia sekolah. Dikutip oleh

Prastiani, dkk bahwa hasil Riskesdas 2007 mengidentifikasi bahwa semakin tinggi tingkat penghasilan dalam suatu keluarga maka semakin baik tingkat konsumsi makanan sehatnya.

## PENUTUP

### Simpulan

1. Anak SDN Waru 2, Sidoarjo memiliki frekuensi sarapan yang baik, yaitu dilakukan setiap hari sebanyak 90,5% responden tetapi tidak diikuti konsumsi menu sarapan yang mencukupi kebutuhan energi. Terdapat 20,3% anak memiliki konsumsi sarapan yang mencukupi 25% kebutuhan energi harian.
2. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *predisposing* dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2, Sidoarjo
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara ketersediaan sarapan dengan kebiasaan sarapan anak ( $p\text{-value}=0,002$ ) tetapi tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *enabling* lainnya dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2, Sidoarjo.
4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor *reinforcing* dengan kebiasaan sarapan anak SDN Waru 2, Sidoarjo

### Saran

1. Pada penelitian selanjutnya diharapkan saat melihat pola konsumsi makanan seseorang perlu dilakukan *food recall* selama 7 hari atau minimal selama 3 hari.
2. Pada penelitian selanjutnya saat dilakukan pengambilan data juga mengambil sampel ibu dari anak (responden) agar dapat dilakukan *cross check* antara informasi dari ibu dan anak. Sehingga mampu menggali informasi lebih yang mungkin tidak diketahui anak.
3. Pada penelitian selanjutnya menambahkan pengetahuan gizi ibu dalam faktor *reinforcing* kebiasaan sarapan anak sekolah dasar.

## DAFTAR PUSTAKA

Fertman, Carl I. 2010. *Health Promotion Programs: From Theory to Practice*. Society for Public Health Education (SOPHE)

Fitri, Cahya Ning. 2012. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Rawamangun 01 Pagi Jakarta Timur*. Skripsi tidak diterbitkan. Jakarta: Universitas Indonesia.

Hermima, Nofitasari, Ari dan Anggorodi, Rina. 2009. "Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Pagi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama (SMP)" *Jurnal Puslitbang Gizi & Makanan*. Vol. 32 (2): hal. 94 – 100

Khomsan, Ali. 2004. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.

Khomsan, Ali. 2006. *Solusi Makanan Sehat*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.

Mariza, Yuni Yanti dan Kusumastuti, Aryu Candra. 2013. "Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Anak Gizi Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang". *Journal of Nutrition College*. Vol 2 (1) : hal. 207 - 213

Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Kementerian Kesehatan RI..

Peterson, Brewdow. 2004. *Middle Tange Theories : Application to Nursing Research*. Philadelphia : Lippincort & William Wilkins.

Prastiani, Dwi Budi, Nursasi, Astuti Yuni dan Widyatuti."Upaya Pemenuhan Gizi Berdasarkan Kebiasaan Sarapan pada Anak Usia Sekolah dalam Keluarga, di Desa Rancawaru Kabupaten Tegal"

Sofianita, Nur Intania, Firlia Ayu Arini dan Eflita Meiyetriani. 2015. "Peran Pengetahuan Gizi Dalam Menentukan Kebiasaan Sarapan Anak-Anak Sekolah Dasar Negeri Di Pondok Labu, Jakarta Selatan". *Jurnal Gizi Pangan*. Vol. 10 (1) : hal. 57 – 62

Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta