

ABSTRACT

MUH. SANDHE DWIJAYA, 2019. Relationship Breakfast Habits, Snack, Pocket Money, Level of Energy Consumption to Nutritional Status in 8th Grade Junior High School 1 Malang Students.

This study aims to determine the relationship of breakfast habits, snacks, pocket money, energy consumption levels and nutritional status in 8th grade junior high school 1 Malang students. This type of research is a descriptive analytic observational study in which the researcher will measure the independent and dependent variables, then will analyze the data collected to find the relationship between variables. The design used in this study was a cross sectional study design. This research was conducted in December 2018 until February 2019. The population in this study were class VIII Junior High School 1 Malang students, which was divided into 8 classes, from grade VIII A to VIII H. The sample taken in this study was 20% of the total number of each class so the sample was 48 students. The results of the study found that there was no significant relationship between breakfast habits and nutritional status ($p = 1,000$), there was no significant relationship between snacks and nutritional status ($p = 0.990$), there was no significant relationship between pocket money and nutritional status ($p = 0.888$), there is no significant relationship between energy consumption level and nutritional status ($p = 0.121$). It was concluded that there was no relationship between breakfast habits, snacks, pocket money, energy consumption level and nutritional status. It is recommended that nutrition education and counseling be carried out regarding the consumption of breakfast and snacks so that students can understand the consumption of a good breakfast and be more selective in consuming snacks and need to hold a Healthy UKS (UKS issues a Nutrition Status Monitoring Card which requires each student to measure Body Weight and Height every month).

Keyword : *Breakfast, Snack, Pocket Money, Level of Energy Consumption, Nutritional Status*

ABSTRAK

MUH. SANDHE DWIJAYA, 2019. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi, Jajan, Uang Saku, Tingkat Konsumsi Energi Terhadap Status Gizi Siswa Kelas 8 di SMPN 1 Malang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan pagi, jajan, uang saku, tingkat konsumsi energi terhadap status gizi siswa kelas 8 di SMPN 1 Malang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional yang bersifat deskriptif analitik yaitu peneliti akan melakukan pengukuran variabel independen dan dependen, kemudian akan menganalisa data yang terkumpul untuk mencari hubungan antara variabel. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah rancangan *cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2018 sampai Februari 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 1 Malang, yang terbagi kedalam 8 kelas yaitu mulai kelas VIII A sampai VIII H. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 20% dari jumlah setiap kelas sehingga sampelnya berjumlah 48 siswa. Hasil penelitian terdapat hubungan yang tidak bermakna antara kebiasaan sarapan pagi terhadap status gizi ($p=1,000$), terdapat hubungan yang tidak bermakna antara jajan terhadap status gizi ($p=0,990$), terdapat hubungan yang tidak bermakna antara uang saku terhadap status gizi ($p=0,888$), terdapat hubungan yang tidak bermakna antara tingkat konsumsi energi terhadap status gizi ($p=0,121$). Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi, jajan, uang saku, tingkat konsumsi energi terhadap status gizi. Disarankan agar dilakukan edukasi dan penyuluhan gizi mengenai konsumsi sarapan pagi dan makanan jajanan agar para siswa siswi dapat memahami konsumsi sarapan pagi yang baik serta lebih selektif dalam mengonsumsi makanan jajanan dan perlu diadakan UKS Sehat (UKS mengeluarkan Kartu Pemantauan Status Gizi yang mewajibkan setiap siswa untuk mengukur Berat Badan dan Tinggi Badan setiap bulan).

Kata Kunci : *Sarapan Pagi, Jajan, Uang Saku, Tingkat Konsumsi Energi, Status Gizi*