

Perilaku Konsumsi Makan Pagi Berdasarkan Pola Asuh pada Anak Sekolah Dasar Negeri 04 Krandon Kecamatan Margadana Kota Tegal

Carto¹, Agustin Syamsianah²

^{1,2}Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang

Pola asuh mempengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dari asupan nutrisi akan tetapi kasih sayang, perhatian serta kenyamanan. Agar stamina anak sekolah tetap prima maka makan pagi dianjurkan mengandung gizi seimbang, memenuhi 20% - 25% dari kebutuhan energi dalam sehari yang dilakukan pagi hari sebelum belajar di sekolah. Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui perilaku konsumsi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah.

Jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* (belah lintang). Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 04 Kelurahan Krandon, Kecamatan Margadana, Kota Tegal. Sampel sebanyak 56 murid, terdiri dari 35 murid yang diasuh ibu dan 21 murid yang bukan diasuh ibu. Metode pengambilan sampel acak sederhana. Data yang diambil meliputi pola asuh, frekuensi dan jenis makan pagi, konsumsi energi dan protein makan pagi. Data yang terkumpul dianalisa menggunakan *Independent Sampel Test* atau *Mann-Whitney Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak sekolah yang diasuh ibu 62,5 %, frekuensi makan pagi kategori cukup 83,93%, konsumsi energi makan pagi kategori kurang 75,0%, konsumsi protein makan pagi kategori kurang 73,21%, jenis makan pagi kategori sangat kurang 73,21%.

Hasil analisis didapat tidak ada perbedaan konsumsi energi makan pagi dan konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh. Hasil analisis juga tidak ada perbedaan frekuensi makan pagi dan jenis makan pagi berdasarkan pola asuh. Dari hasil penelitian perlu adanya transfer pengetahuan gizi pada anak sekolah maupun pengasuh tentang pentingnya makan pagi dalam jumlah dan jenis yang cukup.

Kata Kunci : Pola asuh, anak sekolah, energi, protein, makan pagi