

PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK SARAPAN DALAM IMPLEMENTASI KONSEP ISI PIRINGKU PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

DINDA SURYA MEDIKA



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Sarapan dalam Implementasi Konsep Isi Piringku pada Siswa Sekolah Menengah Atas” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juni 2024

Dinda Surya Medika
I1401211006



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

DINDA SURYA MEDIKA. Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Sarapan dalam Implementasi Konsep Isi Piringku pada Siswa Sekolah Menengah Atas. Dibimbing oleh BUDI SETIAWAN.

Sarapan dalam implementasi isi piringku adalah konsep sarapan yang mengacu pada pedoman gizi seimbang yang menggambarkan porsi ideal makanan dalam satu piring untuk sekali makan. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dan praktik sarapan isi piringku dengan status gizi siswa sekolah menengah atas. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional study* dan dilakukan pada bulan Oktober hingga November 2024 di SMAN 15 Tangerang. Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan praktik diuji dengan menggunakan uji *Spearman* dan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$). Uji *Chi-Square* digunakan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan isi piringku dan status gizi menunjukkan tidak terdapat hubungan ($p\text{-value} = 0,092$). Hubungan antara sikap gizi dan status gizi subjek dianalisis dengan menggunakan uji *Chi-Square* dan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ($p\text{-value} = 0,037$). Uji *Chi-Square* digunakan untuk menganalisis hubungan praktik gizi dengan status gizi subjek dan didapatkan hasil yang signifikan ($p\text{-value} = 0,027$).

Kata kunci: konsep isi piringku, pengetahuan, praktik, sarapan, sikap

ABSTRACT

DINDA SURYA MEDIKA. Knowledge, Attitude, and Practice of Breakfast in the Implementation of the My Plate Concept among Senior High School Students. Supervised by BUDI SETIAWAN.

Breakfast in the implementation of my plate concept is a breakfast concept that refers to balanced nutrition guidelines that describe the ideal portion of food on one plate for one meal. This study aims to analyze the relationship between knowledge, attitude, and practice of my plate concept breakfast with nutritional status of high school students. This study design used a cross-sectional study and was conducted from October to November 2024 at SMAN 15 Tangerang. The relationship between knowledge, attitude, and practice was tested using the Spearman correlation test and there was a significant relationship ($p < 0.05$). Chi-Square test used to analyze the relationship between my plate concept knowledge and nutritional status showed no relationship ($p\text{-value} = 0.092$). The relationship between nutritional attitude and nutritional status was analyzed using the Chi-Square test and showed a significant relationship ($p\text{-value} = 0.037$). Chi-Square test was also used to analyze the relationship between nutritional practices and nutritional status and obtained significant results ($p\text{-value} = 0.027$).

Keywords: attitude, breakfast, knowledge, my plate concept, practice



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK SARAPAN DALAM IMPLEMENTASI KONSEP ISI PIRINGKU PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

DINDA SURYA MEDIKA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji Ujian Skripsi:
1 Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi.



Judul Skripsi : Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Sarapan dalam Implementasi
Konsep Isi Piringku pada Siswa Sekolah Menengah Atas
Nama : Dinda Surya Medika
NIM : I1401211006

Disetujui oleh

Pembimbing:
Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001



Tanggal Ujian:
4 Juni 2025

Tanggal Lulus: 20 JUN 2025



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



PRAKATA

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta salam kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University. Skripsi ini disusun dengan judul “Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Sarapan dalam Implementasi Konsep Isi Piringku pada Siswa Sekolah Menengah Atas”. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S. selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan dukungan, motivasi, arahan, dan semangat dalam proses penyusunan skripsi.
2. Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi selaku dosen moderator dan dosen penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyempurnaan skripsi.
3. Kepala SMAN 15 Tangerang, Bapak dan Ibu Guru, serta staf Tata Usaha SMAN 15 Tangerang yang telah bersedia memberikan izin selama penelitian dan membantu selama pengambilan data.
4. Adik-adik kelas XI SMAN 15 Tangerang yang telah bersedia menjadi responden penelitian dan mengikuti proses pengambilan data dengan baik.
5. Kedua orang tua penulis, yaitu Bapak Yakub Lembeng dan Ibu Walwasuri, serta kedua kakak kembar dan kakak laki-laki penulis atas doa yang tulus dan dukungan yang diberikan.
6. Raissa Silfa Adriani, Rahmayanti Rahayu, Puja Mutiara Hati, Putri Aissyah, Faiza Aliya Husna, Rizka Lutfiani, dan Sharikha Herlinanda Arya Putri yang senantiasa memberikan doa, motivasi, kasih sayang, serta menjadi tempat berbagi suka dan duka bagi penulis.
7. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 58 yang telah berjuang bersama-sama dan staf Program Studi Sarjana Ilmu Gizi atas bantuan dan dukungannya selama menempuh pendidikan di Departemen Gizi Masyarakat.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini. Karya tulis ini terbuka terhadap segala kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juni 2025

Dinda Surya Medika



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	4
1.5 Hipotesis	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu	7
3.2 Jumlah dan Teknik Penarikan Subjek	7
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	8
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	9
3.5 Definisi Operasional	13
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Profil Sekolah	14
4.2 Karakteristik Subjek	14
4.3 Kondisi Sosial dan Ekonomi Keluarga	20
4.4 Pengetahuan Isi Piringku Subjek	22
4.5 Sikap Gizi Subjek	25
4.6 Praktik Gizi Subjek	28
4.7 Status Gizi Subjek	31
4.8 Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Praktik terkait Sarapan dalam Implementasi Konsep Isi Piringku	32
4.9 Hubungan antara Pengetahuan Isi Piringku dengan Status Gizi Subjek	34
4.10 Hubungan antara Sikap Gizi dengan Status Gizi Subjek	35
4.11 Hubungan antara Praktik Gizi dengan Status Gizi Subjek	36
V SIMPULAN DAN SARAN	39
5.1 Simpulan	39
5.2 Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	49
RIWAYAT HIDUP	59



DAFTAR TABEL

1 Variabel, jenis data, dan cara pengumpulan data	9
2 Skor skala likert untuk variabel sikap	10
3 Kategori data	11
4 Sebaran subjek berdasarkan karakteristik subjek	15
5 Sebaran subjek berdasarkan kebiasaan konsumsi pangan	17
6 Sebaran subjek berdasarkan kondisi sosial dan ekonomi keluarga	20
7 Sebaran subjek berdasarkan pertanyaan pengetahuan isi piringku yang dijawab benar	23
8 Sebaran subjek berdasarkan tingkat pengetahuan isi piringku	24
9 Sebaran subjek berdasarkan sikap gizi yang sesuai dengan sarapan dalam implementasi konsep isi piringku	26
10 Sebaran subjek berdasarkan kategori sikap terkait gizi	27
11 Sebaran subjek berdasarkan praktik gizi yang sesuai dengan sarapan dalam implementasi konsep isi piringku	29
12 Sebaran subjek berdasarkan kategori praktik terkait gizi	30
13 Sebaran subjek berdasarkan status gizi IMT/U	32
14 Hasil uji korelasi <i>Spearman</i>	33
15 Sebaran tabulasi silang status gizi subjek berdasarkan pengetahuan isi piringku	34
16 Sebaran tabulasi silang status gizi subjek berdasarkan sikap gizi	35
17 Sebaran tabulasi silang status gizi subjek berdasarkan praktik gizi	37

DAFTAR LAMPIRAN

1 Lembar penjelasan sebelum persetujuan	50
2 Lembar <i>informed consent</i> penelitian	51
3 Lembar <i>informed assent</i> penelitian	52
4 Lembar data karakteristik responden dan pengukuran antropometri	53
5 Lembar kuesioner pengetahuan, sikap, dan praktik	54