

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DENGAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA ANGGOTA AKTIF PRAMUKA POLTEKKES SURABAYA

*Nutritional status* (status gizi), adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antarindividu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada mahasiswa anggota aktif Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya, berdasarkan hasil studi dengan padatnya aktivitas perkuliahan dan kepramukaan terdapat banyak responden yang sering melewatkan kebiasaan sarapan, pengumpulan data menggunakan google formulir dari 25 responden yang diambil secara undian terdapat 84% responden dengan frekuensi jarang sarapan dalam satu minggu terakhir. Tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada mahasiswa anggota aktif Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya. Metode penelitian ini merupakan jenis observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa anggota aktif Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya menggunakan Teknik *simple random sampling*, menggunakan google formulir. Dengan jumlah 53 sampel dari 60 responden anggota aktif sebagian besar berusia 20 tahun (38%) dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 32 responden (60%), dengan kategori status gizi berat badan kurang sebanyak 20 responden (38%) dengan memiliki kebiasaan tidak pernah sarapan sebanyak 18 responden (34%). Hasil uji korelasi menggunakan *Spearman Rho*  $\alpha=0,05$  menghasilkan nilai *p-value*=0,000 dengan koefisien korelasi 0,839 yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada mahasiswa anggota aktif Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya.

---

**Kata Kunci : kebiasaan sarapan, status gizi**

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP OF BREAKFAST HABITS AND NUTRITION STATUS OF ACTIVE MEMBER STUDENTS OF THE PRAMUKA POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

Nutritional status (nutritional status), is a condition caused by the balance between the intake of nutrients from food and the need for nutrients needed for the metabolism of the body. Each individual needs a different intake of nutrients between individuals, depending on the person's age, gender, body activity in a day, weight, and others. The purpose of this study is to find out the relationship of breakfast habits with nutritional status in students active members of Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya, based on the results of studies with dense lecture and scouting activities there are many respondents who often skip breakfast habits, data collection using google form from 25 respondents taken by lottery there are 84% of respondents with a frequency of rarely breakfast in the last week. The purpose of the study was to analyze the relationship of breakfast habits with nutritional status in students of active members of pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya. This research method is a type of observational analytics with cross sectional design. The population of this study is all students active members of Pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya using simple random sampling techniques, using google form. With a total of 53 samples from 60 active member respondents most were aged 20 years (38%) with male gender as many as 32 respondents (60%), with the category of nutritional status of underweight as much as 20 reponden (38%) by having a habit of never having breakfast as many as 18 respondents (34%). The results of the correlation test using Spearman Rho  $\alpha=0.05$  resulted in a value of p-value=0.000 with a correlation coofisien of 0.839 which stated that there is a relationship between breakfast habits and nutritional status in students active members of pramuka Poltekkes Kemenkes Surabaya.

---

**Keywords: breakfast habits, nutritional status**