



**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN PROTEIN DAN STATUS GIZI
DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA
DI SDN DEPOK BARU VI
TAHUN 2016**

SKRIPSI

**LINTANG WINDU NINGSIH
1210714008**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**



**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN PROTEIN DAN
STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA
DI SDN DEPOK BARU VI
TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

LINTANG WINDU NINGSIH

121 0714 008

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Lintang Windu Ningsih
NRP : 1210714008
Tanggal : 13 Mei 2016

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 Mei 2016

Yang Menyatakan,



(Lintang Windu Ningsih)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lintang Windu Ningsih
NRP : 1210714008
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SDN Depok Baru VI Tahun 2016.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Skripsi saya selama data mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 13 Mei 2016

Yang menyatakan,



(Lintang Windu Ningsih)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Lintang Windu Ningsih

NRP : 1210714008

Program Studi : S-1 Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SDN Depok Baru VI Tahun 2016.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ibnu Malkan Bahrul Ilmi, S.Gz., M.Si
Penguji I



Nur Intania Sofianita, MKM
Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sitti, SKp., MARS
Dekan



Ikha Deviyanti P, S.Gz.,RD., MKM
Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 13 Mei 2016

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN PROTEIN DAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SDN DEPOK BARU VI TAHUN 2016

Lintang Windu Ningsih

Abstrak

Asupan energi dan protein dari makanan yang biasa dikonsumsi anak sekolah masih rendah karena mereka masih jarang untuk menyukai makanan yang bergizi dan baik untuk tubuh sehingga status gizi mereka bermasalah dan berdampak pada prestasi belajar mereka. Anak usia Sekolah merupakan masa pertumbuhan. Nutrisi dan zat gizi dibutuhkan anak usia sekolah untuk pertumbuhan, perkembangan serta untuk daya tahan tubuh. Gizi yang berkualitas akan mengoptimalkan fungsi otak. Asupan energi, protein serta status gizi diduga berkaitan dengan prestasi belajar seorang anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan energi dengan prestasi belajar pada anak, untuk mengetahui hubungan asupan protein dengan prestasi belajar pada anak dan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar pada anak di SDN Depok Baru VI Tahun 2016. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 150 responden dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Analisa bivariat menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dengan prestasi belajar ($p \text{ value}=0.012$), tidak terdapat hubungan antara asupan protein dengan prestasi belajar ($p \text{ value}=0.177$) dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa ($p \text{ value}=0.507$). Disarankan bagi pihak sekolah dan orang tua siswa agar lebih memperhatikan asupan makanan yang sehat dan seimbang serta memperhatikan status gizi siswa.

Kata Kunci : Asupan Energi, Asupan Protein, Status Gizi, Anak sekolah, Prestasi Belajar

**RELATIONSHIP BETWEEN ENERGY INTAKE, PROTEIN
INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS WITH ACADEMIC
PERFORMANCE
AT DEPOK BARU VI ELEMENTARY SCHOOL
2016**

Lintang Windu Ningsih

Abstract

Energy and protein intake of foods commonly consumed by children of school is low because they are still rare to crave foods that are nutritious and good for the body so that the nutritional status of their problems and their impact on learning achievement. School age children is growing. Nutrition and nutrients required for the growth of school-age children, as well as for the development of the immune system. Nutritional quality will optimize brain function. The intake of energy, protein and nutritional status presumably related to a child's learning achievement. The purpose of this study was to determine the relationship of energy intake in children with learning achievement, to determine the relationship of protein intake and academic achievement in children and to determine the relationship of nutritional status in children with learning achievement in SDN Depok Baru VI in 2016. This study used cross sectional. Samples in this research were 150 respondents using stratified random sampling technique. Bivariate analysis using chi-square test. The results showed there is a relationship between energy intake and academic achievement (p value = 0.012), there was no correlation between protein intake and academic achievement (p value = 0.177) and there was no correlation between nutritional status and student achievement (p value = 0.507). It is advisable for the school and parents to be more attention to the food intake of healthy and balanced as well as pay attention to the nutritional status of students

Keywords: Energy intake, protein intake, nutritional status, school Children, academic performance

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan Februari hingga Mei 2016 ini adalah Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SDN Depok Baru VI Tahun 2016. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Nur Intania Sofianita, MKM selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan waktu, semangat serta saran yang sangat bermanfaat.

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan penulis kepada Ibu Desak Nyoman Sithi S.Kp, MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ikha Deviyanti P., S.Gz, Dietisien, MKM, selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi, Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi S.Gz, M.Si, selaku dosen penguji, dan Seluruh Dosen, staf dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, serta ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya yang paling dicintai. Tidak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada Ibu Roniah selaku Kepala Sekolah SDN Depok Baru VI, sahabat penulis dan teman-teman seperjuangan yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Jakarta, 13 Mei 2016

Penulis

Lintang Windu N

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Perumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Anak Sekolah Dasar	7
II.2 Pemenuhan Energi dan Protein Dalam Sehari.....	11
II.3 Status Gizi.....	16
II.4 Prestasi Belajar	19
II.5 Penilaian Konsumsi Makanan dengan Food Record	21
II.6 Karakteristik Responden.....	22
II.7 Kerangka Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
III.1 Kerangka Konsep.....	25
III.2 Hipotesis	26
III.3 Definisi Operasional	27
III.4 Desain Penelitian	31
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian	31
III.7 Etika Penelitian	34
III.8 Teknik Pengumpulan Data	36
III.9 Instrumen Penelitian	36
III.10 Pengolahan Data	37
III.11 Analisis Data	38
III.12 Kegiatan Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	40

IV.2 Hasil dan Pembahasan Univariat	42
IV.3 Hasil dan Pembahasan Bivariat	52
IV.4 Keterbatasan Penelitian	65
BAB V PENUTUP	66
V.1 Kesimpulan	66
V.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	68
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Gizi (AKG) Pada Anak Kelompok Sekolah Usia 7-13 Tahun.....	11
Tabel 2	Pembagian Ruangan di SDN Depok Baru VI	40
Tabel 3	Jumlah Siswa	41
Tabel 4	Rincian Tenaga Pendidik	41
Tabel 5	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 6	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 7	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua	44
Tabel 8	Pekerjaan Orang Tua	44
Tabel 9	Distribusi Uang Saku Responden	45
Tabel 10	Distribusi Asupan Energi Responden	46
Tabel 11	Distribusi Asupan Protein Responden	47
Tabel 12	Distribusi Status Gizi Responden	48
Tabel 13	Distribusi Prestasi Belajar Responden	49
Tabel 14	Rangkuman Hasil Analisis Univariat	51
Tabel 15	Hubungan Asupan Energi dengan Prestasi Belajar	52
Tabel 16	Hubungan Asupan Protein dengan Prestasi Belajar	55
Tabel 17	Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar	56
Tabel 18	Hubungan Jenis Kelamin dengan Prestasi Belajar	59
Tabel 19	Hubungan Pekerjaan Orangtua dengan Prestasi Belajar	60
Tabel 20	Hubungan Usia dengan Prestasi Belajar	62
Tabel 21	Hubungan Uang Saku dengan Prestasi Belajar	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	24
Gambar 2	Kerangka Konsep	25
Gambar 3	Teknik Pengambilan Sampel	34

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data Dari UPN
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Etik (Ethical Approval)
- Lampiran 3 Surat Keterangan Penelitian dari SDN Depok Baru VI
- Lampiran 4 Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 6 Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 7 Formulir *Food Recall 3 Days*
- Lampiran 8 Formulir Nilai Mata Pelajaran
- Lampiran 9 Lokasi Penelitian
- Lampiran 10 Kegiatan Penelitian
- Lampiran 11 Kartu Bimbingan