

# 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**