



Universitas
Esa Unggul

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, MARET 2013

ABSTRAK

NITA AFRIANI

HUBUNGAN POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA / SISWI KELAS 2 SLTP NEGERI 2 KARAWANG

xi, VI Bab, 118 halaman, 30 tabel, 21 grafik, 8 lampiran

Latar Belakang : Pola Konsumsi remaja mempengaruhi aktivitas fisik, status gizi dan Prestasi belajar. Sebanyak 54,5 % remaja mengkonsumsi makanan dibawah kebutuhan minimal yang dianjurkan. Pola makan remaja yang tidak baik, khususnya makanan siap saji (*fast food*) mengalami peningkatan. Pola makan yang salah menyebabkan zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan menjadi kurang dan menjadi berstatus gizi kurang.

Tujuan : Mengetahui hubungan pola makan, Aktifitas Fisik dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel 75 Siswa/Siswi SLTP Negeri 2 Karawang yang masuk Pagi. Data karakteristik dicatat dengan kuesioner, data pola makan dicatat dengan *food recall* 24 jam, dan Prestasi belajar dengan data hasil rata-rata ujian semester. Analisis data menggunakan uji t test independen.

Hasil : Berdasarkan penelitian rata-rata asupan energi kurang baik adalah 72%, Rata-rata asupan protein kurang baik adalah 89.3%, rata-rata asupan lemak kurang baik adalah 76.2%, rata-rata asupan Karbohidrat kurang baik adalah 100%. Status Gizi yang normal pada responden adalah 76%. Prestasi belajar siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang 56% baik. Dari hasil Uji Korelasi menunjukkan ada Perbedaan Prestasi belajar ($p < 0.05$) antara sarapan pagi yang baik dan sarapan pagi yang kurang. Tidak ada perbedaan prestasi belajar ($p > 0.05$) antara karakteristik responden, pola makan, rata-rata asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat, pengetahuan gizi dan energi untuk aktivitas.

Kesimpulan : Diberikan informasi tentang pentingnya sarapan untuk remaja dan penyediaan kantin sehat.

Kata kunci : Aktivitas fisik, Status Gizi, Prestasi belajar.

Daftar Bacaan : 37 (1990-2012)