

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI ENERGI DAN KESEGERAN JASMANI  
DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI  
KARTASURA 01 KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN  
SUKOHARJO JAWA TENGAH**

SKRIPSI



Skripsi ini Disusun sebagai Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

PUTRI PUSPITA SARI

J 310 050 037

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2009**

**NUTRITION STUDY PROGRAM  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
RESEARCH PAPER**

**ABSTRACT**

**PUTRI PUSPITA SARI. J 310 050 037  
CORRELATION BETWEEN ENERGY INTAKE AND PHYSICAL FITNESS AND  
LEARNING ACHIEVEMENT OF CHILDREN OF KARTASURA 01  
ELEMENTARY SCHOOL OF KECAMATAN KARTASURA, SUKOHARJO  
REGENCY OF CENTRAL JAVA**

**Background**

Imbalance between food intake and high activities (playing, learning and etc) of a child results in energy deficiency and consequently, blood sugar is decreasing. Blood sugar is a primary source of brain to do activities, so deficient in blood sugar may cause dizziness, fatigue easily and trembling when he or she is performing various activities. A long-term energy deficiency will disturb learning activities of a child in school so that it will affect the child's school achievement.

**Objective**

To know correlation between energy intake and physical fitness with learning achievement of children of Kartasura 01 Elementary School of Kecamatan Kartasura, Sukoharjo Regency of Central Java

**Research Method**

The research is an analytical one with cross sectional approach. The research uses population of all 4<sup>th</sup> and 5<sup>th</sup> grades students of Kartasura 01 Elementary School that amounts to 119 students. Sample of the research is 54 female students of 4<sup>th</sup> and 5<sup>th</sup> grades based on inclusion and exclusion criteria. Data is analyzed by using *product moment correlation*.

**Results**

Most respondents were categorized as having a serious deficit (28 respondents or 51.90%). Most respondents were mostly categorized as having good physical fitness (40 respondents or 74.10%). Most respondents were categorized as having a good enough learning achievement (29 respondent or 53.70%). The result of statistic test is correlation between energy intake and learning achievement of students with  $p=0,040$  and correlation between physical fitness and learning achievement of students with  $p=0,036$  that  $<0,05$ .

**Conclusion**

Based on the result it can it was known that there was a significant correlation between energy intake and learning achievement of students and there was a significant correlation between physical fitness and learning achievement of students.

Key words : Energy intake, physical fitness, learning achievement  
Literature : 29: 1990 - 2008

ABSTRAK

PUTRI PUSPITA SARI. J 310 050 037

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI ENERGI DAN KESEGERAN JASMANI  
DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR KARTASURA 01  
KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN SUKOHARJO JAWA TENGAH**

**Pendahuluan**

Ketidakseimbangan asupan makan terhadap aktivitas anak yang tinggi (bermain, belajar) mengakibatkan kekurangan energi sehingga kadar gula darah menurun. Gula darah merupakan sumber utama bagi otak sehingga mengakibatkan rasa pusing, cepat lelah, badan gemetar dalam melakukan berbagai aktivitas maupun berolahraga. Kekurangan energi dalam jangka waktu lama akan mengganggu kegiatan belajar anak di sekolah sehingga akan mempengaruhi nilai prestasi belajar anak.

**Tujuan**

Mengetahui hubungan antara konsumsi energi dan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

**Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 yang berjumlah 119 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas 4 dan 5 SD Negeri Kartasura 01 yang berjumlah 54 siswa berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan uji korelasi *product moment*.

**Hasil**

Konsumsi energi siswa sebagian besar tergolong defisit tingkat berat sebanyak 28 siswa (51,90%). Kesegaran jasmani siswa sebagian besar adalah sangat baik yaitu sebanyak 40 siswa (74,10%). Prestasi belajar siswa sebagian besar tergolong cukup baik sebanyak 29 siswa (53,70%). Hasil uji statistik hubungan antara konsumsi energi dengan prestasi belajar diperoleh nilai ( $p=0,040$ ) dan hubungan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar ( $p=0,036$ ) yang nilainya  $<0,05$ .

**Kesimpulan**

Berdasarkan analisis diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi energi dengan prestasi belajar anak dan terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

Kata Kunci : Konsumsi Energi, Kesegaran Jasmani, Prestasi Belajar  
Kepustakaan : 29 : 1990 – 2008.

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI ENERGI DAN KESEGERAN JASMANI  
DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI  
KARTASURA 01 KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN  
SUKOHARJO JAWA TENGAH**



Disusun Oleh:  
PUTRI PUSPITA SARI  
J 310 050 037

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2009**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini sumbernya tercantum dalam daftar pustaka.

Surakarta, Desember 2009

Peneliti

Putri Puspita Sari

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Antara Konsumsi Energi dan Kesegaran  
Jasmani dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar  
Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten  
Sukoharjo Jawa Tengah

Nama Mahasiswa : Putri Puspita Sari

NIM : J 310 050 037

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 3 Desember  
2009 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, 3 Desember 2009

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

( Endang Nur Widiyaningsih, SST, MSi. Med )

( Dwi Sarbini, SST. M.Kes )

NIK: 717

NIK: 747

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

( Dwi Sarbini, SST., M. Kes )

NIK: 747

## PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Antara Konsumsi Energi dan Kesegaran  
Jasmani dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah  
Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura  
Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah

Nama Mahasiswa : Putri Puspita Sari

NIM : J 310 050 037

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 3 Desember  
November 2009 dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Surakarta, 3 Desember 2009

Penguji 1 : Endang Nur Widiyaningsih, SST,MSi. Med (.....)

Penguji II : Muwakhidah, SKM, M.Kes (.....)

Penguji III : Ir. Listiyani Hidayati, M.Kes (.....)

Mengetahui  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan

(Arif Widodo, A.Kep.,M.Kes)  
NIK. 630

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh – sungguh (urusan) yang lain (Q.S Alam*

*Nasyrah : 6– 7).*

*Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuannya (Q.S Al-*

*Baqarah: 286).*

*Jadilah engkau manusia yang seperti bayi, yang dikala ia terlahir semua orang tersenyum dan dia sendiri menangis, dan pada saat dia mati semua orang menangisi kepergiannya sedangkan ia sendiri tersenyum (Mahatma Gandhi).*

### **PERSEMBAHAN**

*Syukur alhamdulillah kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan sebuah hasil karya yang penulis persembahkan kepada: Ayah (Hari Widodo) dan bunda tercinta (Sukanti) yang telah mengukir jiwa dan raga dengan penuh kasih sayang serta do'a yang senantiasa mengiringi langkahku, karena ayah dan bunda adalah anugerah terindah dalam hidupku.*

*ibu Ir. Listiyani Hidayati yang telah membimbing ananda dalam penelitian ini  
Kakak-kakakku tersayang yang selalu menjaga dan memberikan motivasi untuk  
kesuksesanku.*

*Teguh Setiawan, terimakasih atas motivasi dan perhatian yang diberikan. Dialah sosok  
yang menjadi sumber inspirasi bagi penulis.*

*Teman-teman satu penelitianku: cha, huny, febie. Alangkah indahnya kebersamaan dan  
perjuangan kita.*

*Seorang sahabat yang selalu memberikan motivasi, selalu ada ada saat sedih, senang dialah  
sahabat terbaikku Sarie, Yency.*

*Seseorang yang kelak menjadi imamku yang selalu memberikan aku kekuatan untuk menjalani  
semua dengan penuh keberanian.*



## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Putri Puspita Sari

Tempat/Tanggal Lahir: Sragen, 08 Oktober 1986

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Kerep RT 04/02 Cemeng Sambung Macan Sragen

Riwayat Pendidikan : 1. TK Pertiwi Cemeng 1, tamat tahun 1993  
2. SD Negeri Cemeng 1, tamat tahun 1999  
3. SMP Negeri 1 Ngrampal, tamat tahun 2002  
4. SMA Negeri 3 Sragen, tamat tahun 2005  
5. Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sejak tahun 2005 dan tamat Desember 2009.

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat, rahmat Nya yang tak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: "Hubungan Antara Konsumsi Energi dan Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah" sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep.,M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Gizi dan pembimbing II Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur Widiyaningsih, SST, MSi, Med, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ir. Listiyani Hidayati, M.Kes, yang telah membimbing penelitian ini mulai dari awal sampai akhir penelitian.
5. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah Bapak/Ibu berikan, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.

6. Semua guru dan siswa Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2005, terima kasih untuk dukungan dan semangat yang telah diberikan.
8. Semua pihak yang telah membantu selama penelitian dan selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, Desember 2009

Penulis

Putri Puspita Sari

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN PENGESAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>viii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
A. Tinjauan Teoritis .....	6
1. Konsumsi Energi .....	6
2. Metode Pengukuran Konsumsi Makanan .....	9
3. Karakteristik Anak Sekolah .....	11
4. Pengertian Kesegaran Jasmani .....	11
5. Pengertian Prestasi Belajar .....	20
6. Pengukuran Prestasi Belajar .....	22
7. Pelayanan Kesehatan di Sekolah .....	23
8. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan anak .....	24
B. Kerangka Teori .....	30

	C. Kerangka Konsep .....	31
	D. Hipotesis .....	31
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
	A. Jenis Penelitian.....	32
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
	C. Populasi dan Sampel.....	33
	D. Jenis Variabel .....	34
	E. Definisi Operasional.....	35
	F. Pengumpulan Data .....	35
	G. Pengolahan dan Analisis Data .....	36
<b>BAB IV.</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
	A. Gambaran Umum Wilayah Penelitian .....	38
	B. Hasil Penelitian .....	39
	C. Pembahasan .....	45
	D. Keterbatasan.....	47
<b>BAB V.</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan.....	50
	B. Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Penilaian Kesegaran Jasmani dengan cara cepat	17
2. Penilaian Tingkat kesegaran jasmani dengan cara lambat	17
3. Indeks Harvard Step Test	18
4. Distribusi Siswa Menurut Status Gizi	40
5. Prosentase Konsumsi Energi	41
6. Prosentase Kesegaran Jasmani	42
7. Prosentase Prestasi Belajar	43
8. Hubungan Konsumsi Energi dengan Prestasi Belajar	43
9. Hubungan Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Kerangka Teori	30
2	Kerangka Konsep	31

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Form *Recall* 24 jam
2. Blangko *Harvard Step Test*
3. Form Pengukuran Kesegaran Jasmani
4. Dokumentasi Penelitian
5. Data Penelitian



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada saat ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurang persediaan pangan, kurang baiknya masalah lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2001).

Kebutuhan energi seseorang adalah konsumsi energi yang diperoleh dari makanan yang dikonsumsi oleh seseorang. Kebutuhan energi dipengaruhi oleh beberapa hal seperti umur, jenis kelamin, aktivitas fisik dan status gizi. Total kebutuhan energi pada individu diperlukan untuk metabolisme basal, aktivitas fisik dan efek dinamik khusus pada makanan *specific dynamic action* (Almatsier, 2001).

Pada umumnya masalah kesehatan yang sering dialami anak-anak adalah kurang gizi, pola makan yang tidak benar, dan kurang olahraga. Makanan mengandung peranan penting dalam tumbuh kembang anak, dimana kebutuhan anak berbeda dengan orang dewasa. Makanan bagi anak dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan (Soetjiningsih, 1995).

Golongan anak sekolah cenderung mempunyai banyak aktivitas di luar rumah, sehingga sering melupakan waktu makan. Kebutuhan energi

golongan umur 10-12 tahun relatif lebih besar daripada golongan umur 7-9 tahun. Kebutuhan energi lebih besar karena lebih banyak melakukan aktivitas fisik, misalnya berolah raga, bermain. Kekurangan dalam makanan menyebabkan energi yang dihasilkan oleh glukagon akan menurun, karena itu cadangan lemak di bongkar untuk menghasilkan energi melalui proses katabolisme lemak yang menghasilkan benda keton. Abnormalisasi metabolisme karbohidrat yaitu hiperglikemia atau intoleransi glukosa. Kelompok anak sekolah pada umumnya sangat aktif bermain dan banyak kegiatan, baik di sekolah maupun di lingkungan. Di pihak lain, anak kelompok ini kadang-kadang nafsu makannya menurun, sehingga konsumsi makanan tidak seimbang dengan kalori yang diperlukan (RS. dr Cipto Mangunkusumo, 2003).

Konsumsi energi sangat mempengaruhi kondisi tubuh seseorang. Kondisi tubuh yang dimaksud adalah kesegaran jasmani. Kesegaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Untuk mencapai kesegaran jasmani yang prima, seseorang perlu melakukan aktivitas fisik yang melibatkan komponen kesegaran jasmani dengan metode latihan yang benar (Suhardjo, 1999).

Kebiasaan makan seseorang tergantung dari ukuran tubuh, umur, jenis kelamin dan aktivitas. Anak yang tidak sarapan pagi akan mengalami pengosongan lambung sehingga kadar gula akan menurun. Padahal gula darah merupakan sumber utama bagi otak. Dampaknya adalah ketidakseimbangan sistem saraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian anak-anak sulit

untuk menerima pelajaran dengan baik, sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar anak (Khomsan, 2002).

Anak usia Sekolah Dasar adalah anak dalam masa belajar. Untuk mendapatkan prestasi belajar yang baik maka diperlukan kebugaran jasmani yang baik. Hasil penelitian yang telah dilakukan pada murid sekolah dasar di 8 provinsi oleh Pusat Kebugaran Jasmani dan Rekreasi, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan tahun 1993 menunjukkan bahwa masih banyak murid sekolah dasar mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang rendah yaitu termasuk kategori kurang dan sangat kurang. Pada murid kelompok umur 6-9 tahun terdapat 41,7% murid laki-laki dan 45,5% murid perempuan mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang rendah, sedangkan untuk kelompok umur 10-12 tahun terdapat 41,1% murid laki-laki dan 43% murid perempuan mempunyai tingkat kebugaran jasmani rendah (Depkes RI, 1994).

Penurunan kebugaran jasmani dikalangan anak-anak di seluruh dunia sudah menjadi gejala umum. Penyebab utama adalah kurangnya aktif bergerak, yang diakibatkan oleh bertambah sedikit waktu untuk melaksanakan latihan jasmani. Anak-anak begitu senang bermain, ditambah dengan kegemaran pada makan yang tidak sehat, seperti makanan siap saji (Lutan, 2002).

Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 adalah salah satu Sekolah Dasar yang terletak di Desa Gunung Kunci RT 04/09 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Penelitian Hidayati, dkk. (2007) di Kabupaten Sukoharjo diperoleh hasil survey konsumsi menunjukkan tingkat konsumsi pangan baik makro maupun mikro masih rendah (<90% Angka Kecukupan

Gizi yang dianjurkan). Selain itu ditemukan pula sebanyak 27% anak Sekolah Dasar dengan status gizi kurang.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan antara Konsumsi Energi dan Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang akan dibahas adalah sebagai berikut: "Apakah ada hubungan antara konsumsi energi dan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah?".

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara konsumsi energi dan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendiskripsikan konsumsi energi anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.
- b. Mendiskripsikan tingkat kesegaran jasmani anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

- c. Mendiskripsikan tingkat prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.
- d. Menganalisis hubungan konsumsi energi dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.
- e. Menganalisis hubungan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri Kartasura 01 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Institusi Sekolah Dasar**

Penelitian ini sebagai bahan informasi dan evaluasi bagi sekolah dalam meningkatkan gizi dan kesehatan siswa melalui materi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.

##### **2. Bagi Pembaca**

Memberikan pengetahuan kepada orang tua murid agar lebih memperhatikan konsumsi makan anak.