

Hubunga antara Status Gizi, Asupan Gizi Sarapan, Kualitas dan Kuantitas Tidur Malam dengan Konsesntrasi pada Siswa Kelas 7 SMP Negeri 239 Jakarta

Pratama, Apriyan

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=101302&lokasi=lokal>

Abstrak

Skripsi ini merupakan penelitian cross sectional yang bertujuan hubungan antara status gizi, sarapan, asupan gizi sarapan kualitas dan kuantitas tidur malam dengan konsentrasi pada siswa kelas 7 SMP Negeri 239 Jakarta tahun 2013. Penelitian ini melibatkan 51 siswa kelas 7 SMP Negeri 239 Jakarta dan menggunakan dua tes untuk menguji konsentrasi, yaitu Tes Digit Simbol dan Tes Bourdon Wiersma. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal (62,7%), dinyatakan sarapan (51%), asupan energi sarapan yang cukup (60,8%), asupan protein sarapannya cukup (54,9%), asupan fe sarapannya kurang (80,4%), asupan zn sarapannya kurang (70,6%), kualitas tidur malam cukup baik (56,9%) dan kuantitas tidur malam cukup (51%). Konsentrasi siswa sebagian besar rendah (52,9%) berdasarkan Tes Digit Simbol dan (51%) berdasarkan Tes Bourdon Wiersma. Hasil uji hubungan menunjukan terdapat hubungan antara sarapan, asupan energi sarapan, asupan protein sarapan dan asupan fe sarapan dengan konsentrasi serta tidak terdapat hubungan antara status gizi (indeks IMT/U), asupan zn sarapan, kualitas dan kuantitas tidur malam dengan konsentrasi.

This cross-sectional study aimed at the association between nutritional status, breakfast, breakfast intake nutrition, quality and quantity night sleep with a concentration in class 7 SMP Negeri 239 Jakarta in 2013. The study included 51 7th grade students of SMP Negeri 239 Jakarta and use two tests to examine the concentration, the Digit Symbol Test and Bourdon Wiersma Test. The results showed that most respondents had normal nutritional status (62.7%), stated breakfast (51%), adequate breakfast energy intake (60.8%), breakfast sufficient protein intake (54.9%), the intake of fe breakfast less (80.4%), the intake of breakfast zn less (70.6%), quality of sleep a night is quite good (56.9%) and sufficient quantity of sleep a night (51%). Low concentrations of most of the students (52.9%) based on Digit Symbol Test (51%) based on Bourdon Wiersma Test. The test results showed an association relationship between breakfast, breakfast energy intake, protein intake and intake fe breakfast breakfast with concentration and there was no correlation between nutritional status (BMI / U index), zn intake of breakfast, the quality and quantity of sleep a night with concentration.