**ABSTRAK**

**ANALISIS ZAT GIZI (ENERGI DAN PROTEIN) MAKAN SIANG DI SDIT AL-FURQAN PALANGKA RAYA**

\*) Renaldo Nugraha)\*\* Munifa, SKM, MPH

**Latar Belakang :** Masa di sekolah dasar adalah masa kritis untuk memberikan pendidikan gizi, karena proses berfikir dan proses berkehendak mulai berperan dalam perilaku makan seorang anak (Birch,2006).Kekurangan energi akan menghambat semua aktivitas jasmani, berfikir, dan aktivitas yang terjadi di dalam tubuh anak. Angka kecukupan protein (AKP) anak usia sekolah umur 7 – 9 tahun 400 mg untuk laki-laki dan perempuan, umur 10 – 12 tahun laki-laki adalah 400 mg, dan untuk perempuan adalah 350 mg. Disarankan untuk memberi protein 1-5,2 g/kg berat badan bagi anak sekolah (Adriani, 2012).

**Tujuan :** Mengetahui gambaran zat gizi makan siang (energi dan protein) di SDIT AL-FURQAN PALANGKA RAYA.

**Hasil :** Populasi berjumlah 369 orang anak sebagian besar pada kelompok umur 6 – 12 tahun. Berdasarkan hasil penelitian di SDIT Al-Furqan Palangka Raya yang terbanyak terdiri dari anak laki-laki umur 7 – 9 tahun berjumlah 98 orang anak dan perempuan umur 7 – 9 tahun berjumlah 90 orang anak. Nilai angka kecukupan gizi makan siang anak umur 6 – 12 tahun di SDIT Al-Furqan Palangka Raya diperoleh untuk energinya sebesar 564,6kkal dan protein 14,5 gram. Total rata-rata hidangan makanan makan siang yang disajikan perporsi selama penelitian untuk energi berjumlah 165.380,725 kkal dan protein berjumlah 11,923,25 gram. Hidangan yang disajikan di SDIT Al-Furqan Palangka Raya untuk energi tergolong sesuai yaitu 79,38% sedangkan protein tergolong sesuai yaitu 222,82%.

**Kesimpulan :** Hasil analisi zat gizi makan siang dibandingkan dengan rata-rata kecukupan AKG bahwa hidangan yang disajikan di SDIT Al-Furqan Palangka Raya jumlah energi sebesar 79,38% tergolong tidak sesuai dan protein sebesar 222,82% tergolong sesuai.

**Kata kunci :**Analisis Zat Gizi (Energi dan Protein) Makan Siang

**\*)** Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya

\*\*) Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya

Kepustakaan : (2003 – 2013)