

## ABSTRAK

Prestasi belajar yang menurun di Indonesia dikarenakan adanya salah satu faktor yaitu konsumsi sarapan yang tidak memadai dan status gizi yang kurang optimal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan dan status gizi dengan prestasi belajar remaja di SMP Negeri 20 Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu semua siswa kelas VIII yang berjumlah 267 siswa. Besar sampel berjumlah 54 responden diambil dengan teknik *simple random sampling*. Variabel *independent* kebiasaan sarapan dan status gizi. Variabel *dependent* prestasi belajar. Instrumen penelitian dilakukan dengan pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan), kuesioner *recall* 24 jam dan data nilai rapor siswa. Analisis data menggunakan uji statistik korelasi *rank spearman*.

Penelitian menunjukkan hasil bahwa terdapat sebagian besar (59,9%) siswa memiliki kebiasaan sarapan pagi, (61,1%) siswa memiliki status gizi normal dan (48,1%) siswa memiliki prestasi belajar cukup. Hasil uji didapatkan nilai *p-value* = 0,004 antara kebiasaan sarapan dengan prestasi dan nilai *p-value* = 0,002 antara status gizi dengan prestasi. Hal ini jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha < 0,05$  berarti menunjukkan ada hubungan dengan prestasi belajar.

Kebiasaan sarapan dan status gizi yang baik mempengaruhi prestasi belajar siswa di SMP Negeri 20 Surabaya. Disarankan kepada siswa SMP Negeri 20 Surabaya untuk membiasakan sarapan dan memperhatikan status gizi agar prestasi belajar menjadi baik.

**Kata kunci** : kebiasaan sarapan, status gizi, prestasi belajar remaja