



## HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR

Mostro Mijoyo Ambarita<sup>1</sup>, Nurma Yuni Pary Usemahu<sup>2</sup>, Abdi Sinaga<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Akademi Keperawatan Abdi Florensia

### Info Artikel :

Diterima : 2 November 2021

Disetujui : 20 November 2021

Dipublikasikan : 30 November 2021

### ABSTRAK

**Kata Kunci :**  
Prestasi  
belajar,  
status gizi

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan. (I Dewa Nyoman, 2015:18). Belajar adalah suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan dan pandangan yang menghasilkan sikap dan tingkah laku pada waktu seseorang menghadapi suatu keadaan tertentu. (Suhardjo, 2003:8). Dalam menyusun karya tulis ilmiah ini, peneliti menggunakan data primer dengan pengukuran antropometri dan data sekunder dari dokumen rapor siswa usia SMP di wilayah kelurahan Nagapita untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar. Berdasarkan Hasil penelitian didapatkan hasil uji statistik diperoleh p value = 0,021 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan status gizi dengan prestasi nilai. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh OR (Odd Ratio) = 2,397. Maka dari hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan kepada tenaga kesehatan untuk dapat memberikan penyuluhan tentang status gizi.

### ABSTRACT

**Keywords :**  
Learning  
achievement,  
nutritional  
status

*Nutrition is a process of organisms using food consumed normally through the process of digestion, absorption, transportation, storage, metabolism and excretion of unused substances. (I Dewa Nyoman, 2015:18). Learning is a process of gaining knowledge, skills and views that produce attitudes and behavior when someone faces a certain situation. (Suhardjo, 2003:8). In compiling this scientific paper, researchers used primary data with anthropometric measurements and secondary data from junior high school student report cards in the Nagapita sub-district to determine the relationship between nutritional status and learning achievement. Based on the results of the study, the results of the statistical test obtained a value of  $p = 0.021$ , so it can be concluded that there is a significant relationship between the relationship between nutritional status and achievement values. The results of further analysis obtained OR (Odd Ratio) = 2.397. So the results of the study are expected to provide input to health workers to be able to provide counseling on nutritional status.*

## PENDAHULUAN

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan menteri kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia Remaja adalah 10-24 Tahun dan belum menikah, jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014).

Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya

persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2010).

Banyak persoalan yang dihadapi para remaja yang berkaitan dengan masalah gizi. Adapun masalah gizi yang biasa dialami pada fase remaja adalah obesitas. Berdasarkan hasil survei nasional menunjukkan prevalensi obesitas pada kelompok umur dewasa sebanyak 11,7% dan berat badan lebih sebesar 10,0%, dengan demikian prevalensi kelompok dewasa kelebihan berat badan sebesar 21,7%. Angka kelebihan berat badan pada perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki yaitu 26,9% pada perempuan dan 16,3% pada laki-laki (Kementerian Kesehatan Pusat Data Dan Informasi Profil Kesehatan Tahun 2011, Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2012).

Tumbuh kembang pada masa remaja berlangsung pesat baik fisik maupun psikologis. Untuk mengimbangi tumbuh kembang yang pesat ini anak harus mendapat perhatian termasuk nutrisi yang baik. Perubahan fisik karena pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizinya. Ketidakseimbangan asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi. Masalah gizi akan berdampak negatif pada penurunan konsentrasi belajar. Kecukupan gizi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan kognitif dan prestasi di sekolah, yang bilamana dapat mencapai tingkat yang lebih baik maka secara fisik anakpun akan menggunakan kapasitas otaknya secara maksimal (Soetjningsih, 2002: 43; Waryono, 2010: 108; Soetjningsih, 2004: 57)

Usia antara 6 sampai 12 tahun adalah usia anak yang duduk dibangku SMP Pada masa ini anak mulai masuk kedalam dunia baru, anak mulai banyak berhubungan dengan orang-orang diluar keluarganya dan berkenalan dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya (Mochji, 2003).

Pada umur ini anak lebih banyak aktivitasnya, baik di sekolah maupun diluar sekolah, sehingga perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan yang dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi (Soetjningsih, 2012).

Secara nasional prevalensi status gizi pada anak usia 6-12 tahun terdiri dari, 4,6% sangat kurus, 7,6% kurus, 78,6% normal dan 19,2% gemuk. Sedangkan prevalensi status gizi anak usia 6-12 di Jawa Tengah terdiri dari 5,3% sangat kurus, 8% kurus, 75,8% normal dan 10,9% gemuk (Riskesdas, 2010).

Kelainan yang terjadi pada jaringan otak akibat gizi buruk mempunyai dampak salah satunya yaitu turunya fungsi otak yang berpengaruh terhadap kemampuan belajar. Penelitian yang dilakukan di Amerika Tengah, Brazilia dan India menunjukan bahwa anak-anak yang pada awal kehidupan mereka gizi buruk, 20-30% tidak naik kelas dan mengulang pada tahun pertama paling sedikit satu kali, dan 1720% mengulang pada tahun kedua pada waktu mereka mengikuti pendidikan sekolah dasar (Moehji, 2003).

Salah satu prinsip penilaian pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan adalah dengan menggunakan acuan kriteria, yakni menggunakan kriteria dalam menentukan ketuntasan dan kelulusan belajar peserta didik. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) adalah "kriteria paling rendah untuk menyatakan peserta didik mencapai ketuntasan" dalam Sarjanaku (2011: 01).

Gizi buruk pada anak usia muda membawa dampak anak mudah menderita salah mental, sukar berkonsentrasi, rendah diri, dan prestasi belajar menjadi rendah. Dari

berbagai penelitian terbukti penderita gizi buruk terjadi hambatan terhadap pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan (Moehji, 2003).

Berdasarkan studi pendahuluan diperoleh hasil pada 5 anak laki-laki didapatkan hasil 2 anak laki-laki dengan status gizi baik dan prestasi belajar baik, 3 anak laki-laki status gizi kurang dan prestasi belajar cukup. Sedangkan 5 anak perempuan didapatkan hasil 1 anak perempuan status gizi baik dan prestasi belajar cukup dan 4 anak perempuan status gizi buruk dan prestasi belajar kurang. Untuk gizi kurang dan prestasi cukup terdapat 7 anak dengan presentasi (70%) dan untuk gizi baik prestasi belajar baik terdapat 3 anak dengan presentasi (30%).

Maka perlu dilakukan penelitian mengenai status gizi dan hubungannya dengan prestasi belajar pelajar di wilayah kelurahan Nagapita yang berusia SMP tahun 2020 dengan metode pengambilan data menggunakan pengukuran berat badan serta tinggi badan untuk menilai status gizi serta pendataan nilai rapor terakhir siswa untuk menilai prestasi belajar.

Sehubungan dengan banyaknya remaja yang memiliki status gizi yang tidak baik dan dapat mempengaruhi prestasi belajar yaitu 70% atau 7 orang dari 10 siswa hal ini dapat berpengaruh terhadap hubungan status gizi dengan prestasi belajar untuk itu perlu diketahui adanya hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar Siswa SMP di wilayah Kelurahan Nagapita tahun 2020.

## METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode deskriptif yang bertujuan untuk melihat gambaran untuk mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi dengan pendekatan cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Notoatmodjo, 2012) Penelitian ini bertujuan untuk mengathui hubungan status gizi dengan prestasi belajar di wilayah Kelurahan Nagapita tahun 2020.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi**

<b>Faktor</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentasi</b>
<b>Status Gizi</b>		
Normal	51	35,4
Tidak normal	93	64,6
<b>Prestasi</b>		
Baik	62	43,1
Kurang baik	82	56,9

**Tabel 2 Hubungan antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar**

<b>Variabel</b>	<b>Status Gizi</b>		<b>P Value</b>
	<b>Ya</b>	<b>Rendah</b>	
Prestasi Nilai			
Baik	29	56.9	0.021
Kurang	22	43.1	

Berdasarkan hasil bahwa siswa/siswi yang mengalami keadaan status gizi normal dengan prestasi baik sebanyak 29 (56,9%) dan status gizi yang tidak normal dengan prestasi baik sebanyak 33 orang (35,5%) sedangkan siswa/siswi yang mengalami keadaan prestasi kurang baik dengan status gizi normal yaitu sebanyak 22 (43,1%) dan status gizi tidak normal sebanyak 60 (64,5%)

Berdasarkan Hasil uji statistik diperoleh  $p \text{ value} = 0,021 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan status gizi dengan prestasi nila. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa dari 144 orang sampel yang mengalami status gizi Tangerang yang mengalami status gizi normal sebanyak 51 orang (35,4%) dan yang mengalami status gizi tidak normal sebanyak 93 orang (64,4%). Hasil analisis lebih lanjut diperoleh OR (Odd Ratio) = 2,397. Artinya terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar pada anak siswa SMP di wilayah Kelurahan Nagapita dengan nilai OR (Odd Ratio) = 2,397 menunjukkan hubungan antara variabel yang berkategori sangat rendah. Menurut M. Dalyono (1997:55) factor lain yang mempengaruhi prestasi belajar adalah factor psikologis ( inteligensi, motivasi, minat, sikap, dan bakat ) dan factor lingkungan. Menurut dinas pendidikan

Salah satu prinsip penilaian pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan adalah dengan menggunakan acuan kriteria, yakni menggunakan kriteria dalam menentukan ketuntasan dan kelulusan belajar peserta didik. Kriteria Ketuntasan di wilayah Kelurahan Nagapita adalah “kriteria paling rendah untuk menyatakan peserta didik mencapai ketuntasan”. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh gambaran status gizi siswa secara klinis adalah normal pada kriteria gizi baik dengan rata-rata -1,3 dan hasil belajar berada pada kriteria cukup dengan perolehan ratarata 6,5. Dari hasil analisis korelasi antara status gizi dengan hasil belajar siswa diperoleh nilai korelasi 0,466 yang termasuk kriteria sedang dan hasil pengujian hipotesis diperoleh  $z \text{ hitung}(3,36) > z \text{ tabel}(1,96)$  sehingga  $H_a$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh.

Hal ini seuai dengan teori Notoatmodjo (2012) Rumus uji chai square dengan derajat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan  $P < 0,05$  sehingga apabila hasil perhitungan statistik menunjukkan nilai  $P > 0,05$  maka dikatakan antara dua variabel terdapat hubungan yang tidak bermakna. Sedangkan apabila nilai  $P < 0,05$  maka secara statistic kedua variabel tersebut terdapat hubungan yang bermakna.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar di wilayah Kelurahan Nagapita tahun 2020, hal ini dikarenakan Faktor Ekonomi, Latar Belakang Sosial Budaya, dan Jumlah Anggota Keluarga, sehingga terdapat hubungan signifikan ini didapatkan dari hasil pemeriksaan berat badan ,tinggi badan dengan menggunakan metode antropometri serta data sekunder berupa dokumentasi.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian diketahui bahwa masih banyak siswa/siswi yang masih belum mengetahui tentang status gizi dengan prestasi belajar. Adapun hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa distribusi frekuensi status gizi disimpulkan bahwa dari 144 responden didapatkan hasil siswa/siswi yang memiliki status gizi tidak normal yaitu sebanyak 93 siswa/siswi (64,6%). Terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar disimpulkan bahwa dari 144 responden didapat hasil yang terbanyak siswa/siswi yang memiliki status gizi tidak normal dengan prestasi kurang baik yaitu sebanyak 60 siswa/siswi (64,5%)

## DAFTAR PUSTAKA

- Almaitser,S. 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- I Dewa Nyoman Supariasa, dkk. 2015. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- Depdiknas.2008. Kriteria Ketuntasan <http://digilib.unila.ac.id.pdf> (diakses tanggal 25 juli 2020,20.57)
- Iis Mega Arianti, Winarni. 2011. Stikes Aisyiyah. E-Jurnal. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Di SMP N 1 Jaten Karang Anyar. [https://saripediatri.org/index.php/sari pe diatri/article/downloadSuppFile/381/11](https://saripediatri.org/index.php/sari%20pe%20diatri/article/downloadSuppFile/381/11) ( di akses pada tanggal 5 Oktober 2020, 19.00 WIB)
- Kemenkes. 2011. Pusat Data Dan Informasi Profil Kesehatan. Kesehatan RI.
- Muniruddin, Mohammad. 2010. Skripsi Publikasi. Hubungan Antara Status Gizi Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada Volume 4 No. 2 Dengan Hasil belajar Di Capiring Kabupaten Kendal.[Http://Eprints.Ums.Ac.Id/24354/12/Naskah\\_Publikasi.Pdf](Http://Eprints.Ums.Ac.Id/24354/12/Naskah_Publikasi.Pdf) (diakses tanggal 5 Oktober 2020, 19.00 wib)
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Soetjningsih. 2004. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC
- . 2012. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC
  - . 2015. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC