

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA

Suhandi¹⁾, Ni Luh Putu Eka S.²⁾, Neni Maemunah³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

Email : jurnalpsik.unitri@gmail.com

ABSTRAK

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat keadaan gizi normal tercapai bila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi terhadap prestasi siswa di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 1 Dau, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian *non eksperimen* dengan jenis *correlation* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di Sekolah Dasar (SD) Sumber Sekar Dau sebanyak 52 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 52 orang. Pengambilan sampel dengan *total sampling*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji statistik *spearman rank* dengan derajat kemaknaan (0,05). Hasil uji statistik penelitian hampir seluruh responden masuk kategori status gizi normal sebanyak 42 anak (80,8%), dan hampir seluruh responden berprestasi belajar baik sebanyak 42 orang (80,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan *p-value* = 0,02 < 0,05. Artinya ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar dengan kekuatan hubungan substansial atau sedang.

Kata Kunci: Prestasi Belajar, Status Gizi

NUTRITION STATUS RELATIONSHIP WITH LEARNING ACHIEVEMENT STUDENTS

ABSTRACT

Nutrient is one of the factors which determined physics and mental development. Both of them exactly influenced student achievement, especially in child development. This research aimed to study relationship between nutritional status and student achievement in Elementary School 01 Sumber Sekar, Dau District, Malang. Cross sectional approach method with total sampling was conducted to determine relationship between nutritional status and student achievement in Elementary School 01 Sumber Sekar, Dau District. As much as 52 students of 52 total students were observed their achievement depend on class ranking and nutritional status by interview. Data were analyzed by spearman rank correlation (α 5%) to know about relationship between nutritional status and student achievement in Elementary School. The result showed that 80,8 % outstanding students were have good nutrition. Correlation analysis also showed that nutritional status correlated by student achievement (p -value $0.02 < 0.05$). Therefore, it is recommended to increase students nutrition in order to create good achievement in school.

Keywords: *Nutrition Status, Student Achievement*

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa sangat tergantung kepada keberhasilan bangsa itu sendiri dalam menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas, dan produktif. Betapapun kayanya sumber alam yang tersedia bagi suatu bangsa tanpa adanya sumber daya manusia yang tangguh maka sulit diharapkan untuk berhasil membangun bangsa itu sendiri (Hadi, 2005).

Indikator keberhasilan yang dapat dipakai untuk mengukur keberhasilan suatu bangsa dalam membangun sumberdaya manusia salahsatunya adalah

Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau Human Development Index. Berdasarkan IPM maka pembangunan sumber daya manusia Indonesia belum menunjukkan hasil yang menggembirakan. Pada tahun 2003, IPM Indonesia menempati urutan ke 112 dari 174 negara (UNDP 2003 dalam Beban Ganda Masalah dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional, 2005).

Sedangkan pada tahun 2004, IPM Indonesia menempati peringkat 111 dari 177 negara (UNDP 2004, dalam Beban Ganda Masalah dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional, 2005), yang

merupakan peringkat lebih rendah dibandingkan peringkat IPM negara-negara tetangga. Rendahnya IPM ini dipengaruhi oleh rendahnya status gizi dan kesehatan penduduk Indonesia (Hadi, 2005).

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat keadaan gizi normal tercapai bila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Tingkat gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada masa lampau, bahkan jauh sebelum masa itu.

Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor terkait.

Masalah gizi meskipun sering berkaitan dengan masalah kekurangan pangan, pemecahannya tidak selalu berupa peningkatan produksi dan pengadaan pangan. Pada kasus tertentu, seperti keadaan krisis (bencana kekeringan, perang, kekacauan sosial, krisis ekonomi), masalah gizi muncul akibat ketahanan pangan ditingkat rumah tangga, yaitu kemampuan rumah tangga untuk memperoleh makanan untuk semua anggotanya.

Menyadari hal ini, peningkatan status gizi masyarakat memerlukan kebijakan yang menjamin setiap anggota

masyarakat untuk memperoleh makanan yang cukup dalam jumlah dan mutunya. Dalam konteks ini masalah gizi tidak lagi semata-mata masalah kesehatan tetapi juga masalah kemiskinan, pemerataan, dan masalah kesempatan kerja.

Masalah gizi di Indonesia dan di negara berkembang pada umumnya masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah Anemia Besi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), masalah Kurang Vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar (Supariasa dkk, 2002).

Hasil penelitian di bidang psikologi, fisiologi dan gizi menyatakan bahwa separuh perkembangan kognitif berlangsung dalam kurun waktu antara konsepsi hingga usia 4 tahun, dan 30% dalam usia 4-8 tahun, sehingga anak memerlukan zat gizi yang memadai agar kapasitas otak terbentuk maksimum (Gutama, 2004 dalam Ani, 2009).

Menurut Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, dr. Agus Wahyu Arifin, di Kabupaten Malang masih banyak daerah yang status gizinya belum baik. Pada tahun 2008 ada 198 anak kasus kurang gizi dan 9 orang anak bergizi buruk. (www.malangkab.go.id, 2008). Pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi

menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak (Anwar, 2008).

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan dan mendapatkan informasi dengan mewawancarai guru di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 1 Dau, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Dari 10 (100%) orang anak, ada 2 (20%) orang anak yang kurang gizi disertai prestasi belajarnya kurang dan 8 (80%) orang anak status gizinya normal disertai prestasi belajarnya baik dan sangat baik.

Terkait dengan fakta di atas masih ada anak yang mengalami status gizi kurang dan sebagai calon generasi penerus bangsa. Untuk itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian “hubungan status gizi dengan prestasi anak usia 6-8 tahun di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 1 Dau, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan desain korelasional yang bertujuan mencari, menjelaskan hubungan, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada antara variabel. Berdasarkan waktunya, penelitian ini bersifat *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini

adalah Sekolah Dasar Negeri (SDN) Sumber Sekar 01 kelas I dan II yang berjumlah 52 orang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 52 sampel. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling/sampling jenuh.

Penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 01 Jln. Raya Sumber Sekar No. III. Desa Sumber Sekar, Kec. Dau, Kab. Malang, pada tanggal 11 sampai dengan 15 Juni 2012. Variabel bebas (*Independen*) dalam penelitian ini adalah status gizi siswa dan variabel terikat (*Dependen*) dalam penelitian ini adalah prestasi belajar siswa.

Pengumpulan data pada penelitian ini, untuk data status gizi dilihat dari hasil penimbangan berat badan dan hasil pengukuran tinggi badan. Lalu di hitung dengan menggunakan rumus Indeks Masa Tubuh. Kemudian disesuaikan dengan tabel kategori ambang batas IMT untuk Indonesia. Sedangkan untuk data prestasi belajar dikumpulkan dengan melakukan observasi pada anak, yang dilihat dari jumlah nilai prestasi hasil belajar siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Status	f	(%)
Status Gizi	Normal	42	80,8
	Kurus	10	19,2
Prestasi Belajar	Baik Sekali	32	5,8
	Baik	42	80,8
	Cukup	7	13,5

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa dari 52 responden, hampir seluruh responden masuk kategori status gizi normal sebanyak 42 orang (80,8%), serta hampir seluruh responden masuk kategori baik sebanyak 42 orang (80,8%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang status gizi dengan prestasi belajar diketahui bahwa sebagian besar status gizi siswa yang memiliki prestasi belajar baik yang sebanyak 39 orang (75%). Dan sebagian kecil status gizi siswa yang memiliki prestasi belajar cukup sebanyak 7 orang (13%). Dari hasil perhitungan didapat $p\text{ value} = 0,022 < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak, sehingga ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa usia 6-8 tahun di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 01 Kecamatan Dau Kabupaten Malang.

Status Gizi Anak

Berdasarkan hasil penelitian status gizi anak usia 6-8 tahun di sekolah dasar sumber sekar 01 menunjukkan hampir seluruh responden masuk kategori status gizi baik sebanyak 42 orang (80,8%). Status gizi dipengaruhi berbagai faktor. Menurut (Sayogyo, 1996) dan F. James Levinson menyatakan status gizi dipengaruhi secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung meliputi keadaan gizi yang dipengaruhi oleh dua faktor makanan yang dikonsumsi serta adanya infeksi atau penyakit. Sedangkan secara tidak langsung antara lain nilai gizi makanan, ada tidaknya pemberian makanan tambahan,

pendapatan atau daya beli keluarga, pengetahuan atau kebiasaan ibu terhadap gizi dan kesehatan, jangkauan pelayanan kesehatan dan factor lingkungan sosial.

Berdasarkan penelitian sebagian kecil responden masuk kategori kurus sebanyak 10 orang (19,2%) dan tidak seorangpun responden masuk kategori gizi lebih atau gemuk. Salah satu faktor status gizi anak adalah pendidikan orang tua, status gizi anak sangatlah erat kaitannya dengan menu yang disajikan oleh ibu dirumah karena hal ini mempengaruhi pola pikir dan perilaku hidup sehat keluarga dan anak, bila pendidikan ibu rendah maka cara pengetahuan hidup sehat dan cara menjaga kebersihan makanan dan minuman belum atau kurang dipahami dengan baik, suharjo (1989).

Berdasarkan hasil penelitian hampir setengahnya ibu responden berpendidikan SMA (40%), ibu dengan pendidikan yang tinggi tingkat pengetahuannya lebih luas dibanding pendidikannya yang rendah, dengan demikian ibu juga akan memperhatikan nilai zat gizi yang disajikan untuk keluarga. Dengan pendidikan yang tinggi mereka juga mempunyai kesadaran baik dalam mengkonsumsi makanan yang bernilai gizi tinggi dan cukup kalori untuk menjaga kesehatan keluarganya.

Tingkat pendapatan orang tua juga sangat menentukan pola makan yang dibeli. Dengan uang tambahan, sebagian besar pendapatan tambahan itu untuk pembelanjaan makanan.

Pendapatan merupakan faktor yang paling penting untuk menentukan kualitas dan kuantitas makanan, maka erat hubungannya dengan gizi .

Selain faktor tingkat pendidikan ibu, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) juga berperan penting dalam status gizi anak sekolah. Upaya pendidikan dan kesehatan yang dilaksanakan secara terpadu, sadar, berencana, terarah dan bertanggungjawab dalam menanamkan, menumbuhkan, dan melaksanakan prinsip hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis dan optimal dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Prestasi Belajar

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 52 anak usia 6-8 tahun di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 01 Kecamatan Dau menunjukkan bahwa hampir seluruh responden masuk kategori prestasi belajar yang baik sebanyak 42 orang (80,2%). Menurut Anwar (2009), menyatakan prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi Intelegensi, minat, keadaan fisik dan psikis. Intelegensi dalam arti sempit adalah kemampuan untuk mencapai prestasi di sekolah yang didalamnya berpikir perasaan. Untuk faktor eksternalnya antara lain: guru, lingkungan, dan sumber-sumber belajar.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian kecil responden masuk kategori prestasi belajar cukup sebanyak

7 orang (13,5%) dan sebagian kecil responden yang memiliki nilai sangat baik sebanyak 3 orang (5,8%). Hal ini dapat dikaitkan dengan salah satu faktor minat belajar. Keadaan fisik juga dapat mempengaruhi prestasi belajar, hal ini menunjukkan pada tahap pertumbuhan (kekurangan gizi akan menghambat pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan), kesehatan jasmani, keadaan alat-alat indera dan lain sebagainya.

Pengaruh makanan terhadap perkembangan otak apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidak mampuan berfungsi normal.

Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidak matangan dan ketidak sempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak. (Anwar, 2009).

Begitu juga dengan sebaliknya, apabila makanan cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, jumlah sel dalam otak akan bertambah dan terjadi kematangan dan kesempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Sehingga hal ini akan menjadikan otak lebih berkerja optimal dan anak akan berprestasi lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian hampir setengahnya ibu responden berpendidikan SMA (40%), ibu dengan pendidikan yang tinggi tingkat pengetahuannya lebih luas dibanding pendidikannya yang rendah, dengan demikian ibu juga akan memdidik anak saat berada di rumah. Lingkungan keluarga turut mempengaruhi kemajuan hasil kerja, bahkan mungkin dapat dikatakan menjadi faktor yang sangat penting, karena sebagian besar waktu belajar dilaksanakan di rumah.

Salah satu faktor yang menunjang keberhasilan dalam proses belajar adalah tersedianya sumber belajar yang memadai. Sumber belajar itu dapat berupa media atau alat bantu belajar serta bahan baku penunjang. (Ahmadi, 2001).

Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa

Pada hasil analisa data “Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Usia 6-8 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 01 Kecamatan Dau Kabupaten Malang” dengan menggunakan uji kolerasi *spearman rank* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17 for Window didapatkan $p\ value = 0,02 < \alpha (0,05)$ berarti H_0 ditolak, sehingga terdapat hubungan positif antara status gizi dengan prestasi belajar siswa usia 6-8 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa hampir seluruh responden memiliki status gizi normal (80,8%). Demikian juga dengan prestasi belajar,

hampir seluruh responden masuk dalam kategori prestasi yang baik (80,8%). Secara teori, anak yang memiliki status gizi baik maka prestasi anak juga akan baik. Keadaan gizi akan mempengaruhi kemampuan anak dalam mengikuti pelajaran di sekolah dan akan mempengaruhi prestasi belajar. Kurang gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan.

Usia dini (4-8 tahun) merupakan usia yang rentan terkena masalah gizi. Perilaku konsumsi dalam memilih makanan baik jenis maupun jumlahnya berkaitan erat dengan pengetahuan gizi. Sarapan pagi sangat penting karena energi diperlukan siswa untuk melakukan aktivitas di sekolah terutama dalam meningkatkan konsentrasi belajar, sehingga prestasi belajar menjadi baik. Semakin baik tingkat pengetahuan gizi maka semakin terbiasa sampel melakukan sarapan pagi. Seberapapun tingkat pengetahuan yang dimiliki sampel, asupan energi dan protein kurang. Sampel yang terbiasa sarapan pagi maka prestasi belajar semakin baik. Semakin baik asupan energi dan protein maka prestasi belajar semakin baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Anwar (2008), pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsi normal.

Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak.

KESIMPULAN

- 1) Status gizi pada anak di SDN Sumber Sekar 01 Dau hampir seluruh responden masuk dalam kategori normal
- 2) Prestasi belajar di SDN Sumber Sekar 01 Dau hampir seluruh responden masuk dalam kategori baik.
- 3) Terdapat hubungan yang sedang antara “status gizi dengan prestasi belajar siswa usia 6-8 tahun di Sekolah Dasar Negeri Sumber Sekar 01 Kecamatan Dau Kabupaten Malang.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya dengan adanya hubungan yang positif antara status gizi dengan prestasi belajar siswa usia 6-8 tahun diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitian ini dengan menambah lingkup penelitian, misalnya meneliti tentang cakupan gizi dengan cara *recall*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi. 2001. *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Anwar, HM. 2009. Pangan Gizi Dan Pola Asuh Dalam Meningkatkan Kualitas Tumbuh Kembang Anak. [http:// www.whandi.net](http://www.whandi.net). Diakses tanggal 11 Januari 2012.
- Hadi. H. 2005. Bagan Ganda Masalah Dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional. <http://www.gizi.net>. Diakses tanggal 10 Januari 2012
- Supriasa. 2001. *Penilaian Satus Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.