

## Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar pada Siswa – Siswi SMA Negeri 1 Padang Tahun Ajaran 2013/2014

Steffi Olivia Padriyani<sup>1</sup>, Delmi Sulastri<sup>2</sup>, Nur Afrainin Syah<sup>3</sup>

### Abstrak

Keberhasilan pembangunan nasional ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia yang sehat dan cerdas. Remaja sebagai asset bangsa membutuhkan gizi yang cukup untuk menunjang prestasi dan produktifitas mereka dalam beraktifitas. Status gizi merupakan salah satu faktor yang berkaitan erat dengan tingkat prestasi siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan status gizi dan prestasi belajar siswa SMA Negeri 1 Padang. Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang (cross sectional study) dengan populasi seluruh siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Kota Padang. Jumlah subjek sebanyak 87 orang. Data primer berupa berat badan dan tinggi badan serta data sekunder berupa nilai rapor semester 1 (satu). Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson. Berdasarkan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), diketahui sebagian besar subjek mempunyai status gizi normal sebanyak 44 orang (50,6%). Lebih dari separoh subjek memiliki prestasi baik yaitu sebanyak 48 orang (55,2%). Pada penelitian ini tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar. Namun, prosedur yang digunakan pada penelitian ini tidak dapat mengeksklusi faktor-faktor lain selain status gizi yang mempengaruhi prestasi siswa.

**Kata Kunci:** status gizi, prestasi belajar, remaja

### Abstract

*The successfulness of national development is determined by the availability of human resources. Teenagers as a national asset need adequate nutrient to support their achievement and productivity. Nutritional status is one factors that is closely related to student academic achievement. The purpose of this research is to examine the relationship between nutritional status and academic achievement of students of Senior High School Number1 Padang (SMAN1 Padang). This research is cross-sectional study. The population is students year X and XI SMA Negeri1 Padang. Number of sample is 87 students. Primary data was weight and height of students while secondary data was student score of first semester which is analyzed by Pearson correlation test. Student's Body Mass Index (BMI) shows that most students had normal nutritional status (50,6%). More than half the sample had good academic achievement (55,2%). The findings suggest that there was no significant correlation between nutritional status and student academic achievement. However, the methods applied in this research failed to exclude other confounding factors influencing academic achievement.*

**Keywords:** nutritional status, academic achievement, adolescents

**Affiliasi penulis :** 1. Pendidikan Dokter FK UNAND (Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang), 2. Bagian Ilmu Gizi FK UNAND, 3. Bagian Anatomi FK UNAND

**Korespondensi :** Steffi Olivia Padriyani, email: steffiolivia15@hotmail.com, Telp: 085274036600

### PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa sangat tergantung kepada keberhasilan bangsa itu

sendiri dalam menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas dan produktif. Salah satu indikator keberhasilan yang dapat dipakai untuk mengukur keberhasilan suatu bangsa dalam membangun sumber daya manusia adalah Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau *Human Development Index*. Berdasarkan IPM maka pembangunan sumber daya manusia Indonesia belum

menunjukkan hasil yang menggembirakan. Pada tahun 2007, IPM Indonesia menempati peringkat 111 dari 182 negara, yang merupakan peringkat lebih rendah dibandingkan peringkat IPM negara – Negara tetangga. Rendahnya IPM ini dipengaruhi oleh rendahnya status gizi dan kesehatan penduduk. IPM Sumatera Barat tahun 2008 adalah 72,96 berada rangking 9 secara nasional, sedangkan kota Padang adalah 77,20 berada pada rangking 16.<sup>1,2</sup>

Masalah gizi remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena pengaruhnya yang sangat besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa. Anak usia 11 sampai 18 berada pada masa puber yaitu sedang dalam masa peralihan ke remaja.<sup>3</sup>

Hasil Riskesdas menunjukkan bahwa status gizi remaja di Sumatera Barat pada remaja umur 16-18 tahun, IMT kurus 7,1% dan sangat kurus 3%. Faktor yang mempengaruhi status gizi remaja adalah faktor langsung seperti asupan makan dan penyakit infeksi. Kedua faktor tersebut selanjutnya dipengaruhi oleh ekonomi keluarga, produksi pangan, kondisi perumahan, ketidaktahuan dan pelayanan kesehatan yang kurang baik.<sup>4,9</sup>

Prestasi belajar anak sekolah dapat diketahui setelah diadakannya evaluasi. Hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa. Banyak hal yang mempengaruhi pencapaian nilai akhir belajar seorang siswa, antara lain adalah kualitas siswa itu sendiri yang erat kaitannya dengan status gizi pada masing-masing individu. Hasil penelitian Khairunisa menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi mahasiswa Akademi Kebidanan di Bekasi dengan nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dengan  $p\ value = 0,001$  dan Odds Ratio (OR) yaitu 9,778.<sup>5,6</sup>

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Padang merupakan salah satu sekolah menengah yang memiliki prestasi belajar yang baik di kota Padang dimana banyak tamatan SMA 1 Padang yang diterima di perguruan tinggi negeri. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa di sekolah ini.

## METODE

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Padang pada bulan September – Januari 2013 dengan menggunakan 87 siswa sebagai sampel. Sampel terdiri dari siswa-siswi kelas X dan XI yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian, serta tidak dalam keadaan sakit. Pengambilan sampel menggunakan teknik Sistematis Random sampling. Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional*. Pengolahan data dilakukan dengan uji *Pearson chi-square* menggunakan sistem komputerisasi. Variabel independen adalah status gizi dan variabel dependen adalah prestasi belajar siswa.

## HASIL

Tabel 1 menunjukkan distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin dan peminatan. Di SMA Negeri 1 Padang, jumlah pelajar perempuan lebih banyak dari jumlah pelajar laki-laki. Jumlah pelajar perempuan hampir dua kali jumlah pelajar laki-laki. Jumlah pelajar peminatan IPA berbeda secara signifikan dengan jumlah pelajar peminatan IPS. Hampir 90% sampel berada pada kelas IPA.

**Tabel 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Peminatan

Karakteristik	Jumlah (n = 87)	%
<b>JenisKelamin :</b>		
• Laki-laki	32	36,8
• Perempuan	55	63,2
<b>KelasResponden :</b>		
• Kelas X IPA	39	44,8
• Kelas X IPS	5	5,7
• Kelas XI IPA	38	43,7
• Kelas XI IPS	5	5,7

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar siswa mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 44 orang (50,6%). Lebih dari separuh siswa memiliki prestasi baik yakni 48 orang (55,2%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekwensi Sampel Berdasarkan IMT dan Prestasi Belajar

Variabel	F	%
<b>IMT :</b>		
• Kurus	25	28,7
• Normal	44	50,6
• Gemuk	9	10,3
• Obesitas	9	10,3
<b>Prestasi Belajar</b>		
• Kurang	39	44,8
• Baik	48	55,2

Tabel 3 memperlihatkan proporsi siswa yang mempunyai prestasi akademik baik hamper sama pada kelompok status gizi kurang, normal, dan berat badan lebih yaitu masing-masing 60%, 54,5%, dan 55,6%. Proporsi siswa yang mempunyai prestasi akademik baik lebih rendah pada kelompok obesitas (44,4%). Dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki status gizi kurus cenderung memiliki nilai yang lebih baik dari pada siswa dengan kategori status gizi obesitas. Ujian analisis dengan korelasi Pearson didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,882$ . Nilai  $p > 0,05$  diartikan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara status gizi dengan prestasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Padang.

**Tabel 3.** Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa SMA 1 Padang

Status Gizi	Prestasi Belajar				Total		$p\text{ value}$
	Kurang		Baik		f	%	
	F	%	f	%			
<b>Kurus</b>	10	40,0	15	60,0	25	100	0,882
<b>Normal</b>	20	45,5	24	54,5	44	100	
<b>BB lebih</b>	4	44,4	5	55,6	9	100	
<b>Obesitas</b>	5	55,6	4	44,4	9	100	
<b>Jumlah</b>	39	44,8	48	55,2	87	100	

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di SMA 1 Padang dilihat dari Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki status gizi kategori normal sebanyak 44 orang (50,6%), kategori kurus sebanyak 25 orang (28,7%), gemuk dan obesitas sebanyak 9 orang (10,3%). Untuk kategori tingkat prestasi siswa SMA 1 Padang, diketahui proporsi responden yang memiliki prestasi kurang

adalah sebesar 39 orang (44,8%) dan yang memiliki prestasi baik adalah sebesar 48 orang (55,2%).

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan didapatkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi dengan prestasi belajar siswa di SMA 1 Padang. Dimana pada tingkat kemaknaan 5% diperoleh nilai  $p\text{ value} = 0,882$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setiawati yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar ( $p\text{ value} = 0,046$ ). Dalam penelitian Annas juga menunjukkan bahwa antara status gizi dengan prestasi remaja tidak memiliki hubungan secara statistik dengan hasil nilai  $p\text{ value} = 0,482$ . Persamaan peneliti dengan penelitian terdahulu yaitu hanya memperhitungkan faktor status gizi dan tidak mempertimbangkan faktor-faktor lainnya seperti faktor lingkungan dan sosial ekonomi.<sup>7-8</sup>

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian oleh Khairunissa yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi mahasiswa Akademi Kebidanan di Bekasi dengan nilai Indeks Prestasi Kumulatif ( $p\text{ value} = 0,001$ ). Perbedaan ini dapat disebabkan oleh faktor lingkungan dimana yang menjadi sampel penelitian Khairunissa memiliki waktu belajar dan status gizi yang cukup terkontrol dikarenakan tinggal dan makan dengan catering asrama.<sup>6</sup>

Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan penyakit infeksi. Berbagai faktor yang melatar belakangi kedua faktor tersebut misalnya faktor ekonomi, keluarga yang produktif dan kondisi perumahan.<sup>9</sup>

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 dan berakibat terjadi ketidak mampuan otak 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.<sup>1</sup>

Namun demikian, status gizi bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar sebagai indikator dari tingkat kecerdasan anak. Selain status gizi, prestasi belajar juga dipengaruhi oleh banyak faktor lainnya seperti faktor intelegensi, daya ingat, motivasi, lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.<sup>10</sup>

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa lebih dari separoh siswa di SMA Negeri 1 Padang memiliki status gizi dan prestasi yang baik, dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar pada siswa.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Bersama ini kami juga turut mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMAN 1 Padang, seluruh guru dan staf SMAN 1 Padang, serta siswa kelas XII SMAN 1 Padang yang telah membantu dan mendukung penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Almatsier S. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2009.
2. Badan Pusat Statistik. Survey sosial ekonomi

- nasional (Susenas). Badan Pusat Statistik. 2010 (diunduh 10 Agustus 2013). Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://www.bps.go.id>
3. Soeparwoto. Psikologi perkembangan. Semarang: UNNES Pres; 2006
4. Depkes RI. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2010. Jakarta.
5. Djamarah S. Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2008.
6. Khairunisa. Hubungan status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa akademi kebidanan Bekasi tahun 2010. Gema Nusantara, VI.2011.
7. Setiawati M, Wijayanto P, Setiadi WD. Hubungan kecerdasan emosional, status gizi dengan prestasi belajar. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro; 2002.
8. Annas M. Hubungan kesegaran jasmani, hemoglobin, status gizi, dan makan pagi terhadap prestasi belajar. Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 2006 Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://journal.unnes.ac.id/index.php/miki>
9. Barasi M. Ilmu gizi. Jakarta: EGC; 2009
10. Soetjningsih. Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya. Jakarta: CV Seto Agung; 2010.