

## HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS I SD NEGERI 5 BANDA ACEH

Nova Rizki, Awaluddin, Tursinawati

[novarizki26@gmail.com](mailto:novarizki26@gmail.com)

### ABSTRAK

Anak sekolah termasuk kelompok rentan gizi sehingga memerlukan pemenuhan zat-zat gizi karena dapat mempengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan otaknya. Hal ini berkaitan dengan proses belajar dan pencapaian hasil belajar yang optimal. Penelitian ini mengangkat masalah adakah hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh. Hipotesis penelitian yakni ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 5 Banda Aceh dengan sampel sebanyak 53 siswa yang diambil dari 2 kelas, yaitu kelas IA dan IB.

Pengumpulan data status gizi diperoleh dari pengukuran berat badan dan tinggi badan, yang kemudian diolah menggunakan rumus indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) dan rumus ambang batas (z-skor) untuk menginterpretasikan status gizi, sedangkan hasil belajar diperoleh dengan mengambil nilai rata-rata rapor ujian tengah semester (UTS) siswa. Uji statistik yang digunakan yaitu menggunakan uji korelasi *Product Moment* dan pengujian hipotesis menggunakan uji z dengan taraf signifikan 0,05 (5%).

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 rata-rata 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  $z_{hitung}(3,36) > z_{tabel}(1,96)$  sehingga  $H_0$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh.

**Kata Kunci :** Status Gizi, Hasil Belajar

### PENDAHULUAN

Faktor pemenuhan gizi sangat menentukan keberhasilan anak dalam proses pembelajaran. Sebagian orang tua hanya beranggapan jika anak rajin belajar maka akan memperoleh hasil belajar yang relatif tinggi. Pada kenyataannya banyak faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar anak terutama untuk siswa yang masih duduk di kelas rendah. Dimana kesehatan jasmaninya masih sangat berpengaruh. Anak yang mendapatkan pemenuhan gizi yang baik dari keluarganya cenderung akan

semangat belajar meskipun faktor intelegensi yang dimiliki siswa tersebut rendah (Soemirat, 2009:171).

Berdasarkan hasil pengamatandi SDN 05 Banda Aceh tahun 2016, sebagian besar siswa hanya semangat belajar pada jam pertama pelajaran. Setelah itu mereka tidak berkonsentrasi lagi terhadap pelajaran dan sering mengeluh kelelahan dan lapar. Di sini terlihat ada sebagian anak yang bertubuh kurus dibandingkan teman-teman yang lain, ada siswa yang bernaflu makan rendah, terlihat lemah, mudah lelah, tidak bersemangat, tidak ceria dan ada juga yang sulit bersosialisasi dengan teman-temannya. Hanya sebagian kecil siswa yang terlihat bersemangat dan aktif, memiliki postur tubuh tegap, serta berat badan yang sesuai dengan tinggi badannya. Hal ini menunjukkan bahwa anak belum memiliki status gizi yang baik. Dwijayanthi (2011:105) mengatakan bahwa ciri-ciri anak yang berstatus gizi baik, yaitu pertumbuhan berat badan sesuai dengan tinggi badan dan tidak mudah lelah. Selanjutnya Sediaoetama (dalam Putra, 2013:24) mengatakan bahwa anak yang berstatus gizi baik memiliki daya tahan tubuh tinggi dan mempunyai daya kerja yang baik sehingga anak bersemangat dan aktif dalam proses belajar. Namun, apabila keadaan gizinya tidak baik akan membuat minat dan semangat belajar menurun yang tentunya berpengaruh terhadap proses belajarnya. Apabila proses belajar terganggu, maka hasil belajarnya juga akan terganggu sehingga siswa memperoleh hasil belajar yang rendah.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Masdewi dkk. (2011:179-190) telah membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku makan dan status gizi terhadap prestasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya status gizi yang baik, maka siswa akan lebih mudah dalam menerima pelajaran di sekolah sehingga siswa akan mendapat prestasi yang memuaskan dan maksimal.

Berdasarkan uraian di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :“Apakah ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh?”.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I di SD Negeri 5 Banda Aceh.

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang diakibatkan oleh makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk membentuk jaringan dan organ-organ tubuh dengan fungsinya masing-masing dalam suatu sistem, sehingga menghasilkan pertumbuhan (fisik) dan perkembangan (mental), kecerdasan, dan produktivitas sebagai syarat dicapainya tingkat kehidupan sehat, bugar dan sejahtera.

Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Pengukuran status gizi pada anak sekolah dapat dilakukan dengan cara antropometri. Saat ini pengukuran antropometri (ukuran-ukuran tubuh) digunakan secara luas dalam penilaian status gizi. kemudian diinterpretasikan dengan ambang batas. Menurut Supriasa dkk. (2004:71), untuk menentukan klasifikasi status gizi digunakan Z-skor sebagai batas ambang kategori. Setelah memperoleh nilai z-skor, selanjutnya dikategorikan sesuai dengan tabel ambang batas dengan kriteria gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih.

Sutanto (2013:5) mengatakan, “Hasil belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah yang dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenai sejumlah materi pelajaran tertentu”.

Slameto (2003:54) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat dibagi menjadi 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain adalah faktor jasmaniah, psikologis dan kelelahan, sedangkan faktor eksternal yaitu faktor keluarga, sekolah, masyarakat, serta lingkungan alamiah dan instrumental.

Berdasarkan uraian teoritis yang telah dikemukakan, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu “Ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi, yaitu untuk mengetahui

hubungan antara dua variabel. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah status gizi (X), sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar (Y).

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel penelitian adalah siswa kelas IA dan IB SD Negeri 5 Banda Aceh, yang berjumlah 53 orang siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan metode pengukuran dan dokumentasi. Metode pengukuran digunakan untuk mengukur tinggi dan berat badan siswa dengan menggunakan alat ukur *microtoise* dan timbangan berat badan, kemudian diolah menggunakan rumus indeks massa tubuh menurut umur dan rumus z-skor untuk mengetahui status gizi siswa. Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa hasil rapor ujian tengah semester untuk memperoleh hasil belajar siswa.

Setelah data terkumpul melalui hasil penelitian, maka selanjutnya adalah menganalisis semua data. Setelah nilai status gizi dan hasil belajar diperoleh, akan dihitung nilai rata-ratanya. Kemudian data tersebut dapat diklasifikasikan dan ditentukan bagaimana hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh menggunakan uji korelasi *product moment*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji-z dengan taraf signifikan 0,05 (5%). Uji-z digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X terhadap variabel Y.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, diketahui bahwa status gizi siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh berada dalam kategori baik. Hal ini diketahui berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh yaitu -1,3. Sedangkan hasil belajar siswa berada pada kriteria cukup dengan nilai rata-rata 65.

Berdasarkan hasil uji korelasi dengan menggunakan rumus statistik *product moment* diperoleh  $r_{hitung}$  (0,466) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan kriteria sedang. Selanjutnya, dilakukan uji z untuk menguji diterima atau tidaknya hipotesis, sehingga diperoleh  $Z_{hitung}$  (3,36)  $> Z_{tabel}$  (1,96) pada taraf signifikan 5%

maka, “Ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh”.

Hasil belajar siswa tidak dipengaruhi oleh status gizi saja. juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekitarnya termasuk sekolah dan orang tua. Seperti cara orang tua mendidik, metode belajar dan mengajar yang digunakan guru, fasilitas dan alat belajar yang dipakai serta suasana belajar yang menyenangkan juga dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Status gizi yang baik merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan seseorang karena berkaitan dengan kelancaran bagi siswa dalam pelaksanaan kegiatan belajar yang ada di sekolah. Anak pada usia ini harus benar-benar mendapat gizi yang baik agar dapat dilatih dan perkembangannya lebih sempurna. Nutrisi buruk di tahun-tahun pertama usia anak dapat mengakibatkan lemahnya fokus, memori dan kemampuan belajar. Hal itu mempengaruhi prestasi di sekolah yang secara tidak langsung menghambat perkembangan awal otak dan secara langsung membuat anak menjadi lesu dan tidak fokus di kelas (Ormrod, 2009).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti tentang hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

Terdapat hubungan yang positif antara variabel x (status gizi) dengan variabel y (hasil belajar siswa) yaitu ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,466 terletak pada koefisien korelasi 0,400 – 0,599 kriteria sedang. Nilai  $z_{hitung}(3,36) > z_{tabel}(1,96)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa “Ada hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa kelas I SD Negeri 5 Banda Aceh”.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Auliana, Rizqie. 2011. “Gizi Seimbang dan Makanan Sehat untuk Anak Usia Dini”, (Online), (<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pengabdian/rizqie-auliana-dramkes/gizi-seimbang-dan-makanan-sehat-untuk-anak-usia-dini.pdf>), diakses pada 5 Oktober 2016).

- Baharuddin dan Esa Nur Wahyuni. 2008. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Depdiknas. 2007. “*Pedoman Penilaian Hasil Belajar di Sekolah Dasar*”, (online), (<https://www.scribd.com/doc/54474675/PEDOMAN-PENILAIAN>., diakses pada 7 Agustus 2016).
- Depkes RI. 2002. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta : Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- Djufri, dkk. 2016. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Banda Aceh: FKIP Unsyiah.
- Dwijayanthi, Linda (Ed.). 2011. *Ilmu Gizi Menjadi Sangat Mudah*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Irianto, Agus. 2006. *Statistik: Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Kemenkes RI. 2014. “*Pedoman Gizi Seimbang*”, (Online), (<http://gizi.depkes.go.id/pgs-2014-2>., diakses pada 3 November 2016).
- Kemenkes RI. 2010. “*Standar Antropometri Penilaian Status Gizi*”, (Online), (<http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2012/11/buku-sk-antropometri-2010.pdf>., diakses pada 10 Oktober 2016).
- Masdewi dkk. 2011. Korelasi Perilaku Makan dan Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa Program Akselerasi di SMP. *Teknologi dan Kejuruan*. XXXIV(2): 179-190.
- Nasution. 2006. “*Perbedaan Hasil Belajar dan Prestasi Belajar*”, (online), (<https://www.scribd.com/doc/224651361/Perbedaan-Hasil-Belajar-Dan-Prestasi-Belajar-Oktaviana-Indira-Cipta-06111010026>., diakses pada 25 September 2016).
- Nurlienda, Hasanah. 2012. “*Mengenali Status Gizi Anak beserta Ciri-cirinya*”, (Online), (<https://nurlienda.wordpress.com/2012/06/12/mengenali-status-gizi-anak/>., diakses pada 2 November 2016).
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2009. *Psikologi Pendidikan, Membantu siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta : Erlangga.
- Putra, Siti Atava Rizema. 2013. *Pengantar Ilmu Gizi dan Diet*. Jogjakarta: D-Medika.
- Riyadi. 2006. *Materi Pokok Gizi dan Kesehatan Keluarga*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sediaoetama. 2006. *Ilmu Gizi Untuk Profesi dan Mahasiswa*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Soemirat, Juli. 2009. *Kesehatan Lingkungan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: PT Tarsito Bandung.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriasa, 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.
- Susanto, Ahmad. 2012. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Wirjatmadi dan Adriani. 2012. “*Karakteristik Anak usia Sekolah Dasar*”, (online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/42849/4/Chapter%20II.pdf>., diakses pada 2 November 2016).

- Yusuf, Syamsu. 2000. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Rosda Karya.
- Zulaikha, Siti. 2010. “*Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Anak Usia 2 sampai 3 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Kota Surakarta*”. Skripsi. Surakarta: Kebidanan FK USM Surakarta.