

## Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai

<sup>1</sup>Injili Julio Wowor, <sup>2</sup>Marnex W. Berhimpong, <sup>3</sup>Jopie Bokau

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[juliowowor8726@gmail.com](mailto:juliowowor8726@gmail.com), <sup>2</sup>[marnexberhimpong@.com](mailto:marnexberhimpong@.com)

<sup>3</sup>[jopiebokau@gmail.com](mailto:jopiebokau@gmail.com)

Diterima: DD MM YYYY

Direvisi : DD MM YYYY

Disetujui : DD MM YYYY

### Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai? Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai. Hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan teknik korelasional. Sampel penelitian siswa kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai berjumlah 20 orang. Instrumen penelitian yaitu untuk mengukur status gizi menggunakan pengukuran berat badan dan tinggi badan yang kemudian dimasukkan kedalam rumus IMT sedangkan prestasi belajar menggunakan nilai rapor. Pengujian hipotesis menggunakan teknik statistik dengan uji – t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai, yakni sebesar 0,91. Kontribusi variabel X (status gizi) terhadap variabel Y (prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai) adalah sebesar 82,81% dan sisanya 17,19% ditentukan oleh variabel lain. Kesimpulan penelitian yaitu terdapat hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 2 Kumelembuai.

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

### Abstract

#### *The Relationship between Nutritional Status and Student Achievement in Class IX SMP Negeri 2 Kumelembuai*

*The problem in this study is whether there is a relationship between nutritional status and student achievement in class IX SMP Negeri 2 Kumelembuai? The purpose of the study was to determine the relationship between nutritional status and learning achievement of class IX students of SMP Negeri 2 Kumelembuai. The research hypothesis is that there is a relationship between nutritional status and student achievement in class IX SMP Negeri 2 Kumelembuai. The method used in this study is a quantitative descriptive method with correlational techniques. The research sample of class IX students of SMP Negeri 2 Kumelembuai amounted to 20 people. The research instrument is to measure nutritional status using weight and height measurements which are then entered into the BMI formula while learning achievement uses report cards. Hypothesis testing using statistical techniques with t-test. The results showed that there was a very strong relationship between nutritional status and student achievement in class XI SMP Negeri 2 Kumelembuai, which was 0.91. The contribution of variable X (nutritional status) to variable Y (student learning achievement of class XI SMP Negeri 2 Kumelembuai) is 82.81% and the remaining 17.19% is determined by other variables. The conclusion of the study is that there is a relationship between nutritional status and student achievement in class IX SMP Negeri 2 Kumelembuai.*

**Keywords:** Nutritional Status, Learning Achievement

## Pendahuluan

Setiap siswa pada umumnya menginginkan apa saja yang sesuai dengan kebutuhannya, baik fisik maupun mental. Hal ini mendorong siswa untuk terlibat dalam kegiatan dan upaya untuk memenuhi kebutuhan tersebut yang mengarah pada hasil yang dicapai saat belajar

Kegiatan yang dilakukan mengulang, terus menerus, sistematis dan terencana untuk menemukan hal-hal yang baru, sehingga terjadi suatu proses perubahan baik itu sikap, dari tidak tahu menjadi tahu, perilaku, tutur kata, moral dan terlebih lagi karakter individu sebagai akibat dari kegiatan belajar. Tujuan dari kegiatan pembelajaran adalah untuk membawa perubahan pada diri siswa. Dimana perubahan yang dimaksud adalah perubahan yang cenderung mengarah pada hal-hal yang positif dan berdampak positif bagi siswa itu sendiri khususnya prestasi siswa.

Gizi merupakan unsur penting bagi partisipasi siswa dalam proses pembelajaran di sekolah dapat meningkatkan kemampuan intelektual dan kemampuan otak juga dapat meningkatkan pertumbuhan jasmani dan perkembangan rohani siswa. Anak sekolah membutuhkan nutrisi yang baik untuk menunjang aktivitas belajarnya di sekolah. Gizi yang baik sangat mempengaruhi tingkat konsentrasi dan kecerdasan siswa dalam menyerap dan menyerap pelajaran yang diperoleh di sekolah. Oleh karena itu, siswa harus selalu menjaga dan meningkatkan status gizinya. Status gizi adalah ukuran status gizi dalam tubuh seorang siswa, yang dapat diukur dengan indeks massa tubuh, yang diperoleh melalui pengukuran berat badan yang dilakukan. Siswa sangat membutuhkan asupan makanan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan metabolisme tubuh karena kebutuhan energi sangat diperlukan dalam proses belajar siswa.

Siswa dengan status gizi yang kurang dapat memberikan dampak terhadap penurunan prestasi belajarnya di sekolah sedangkan siswa yang memiliki status gizi yang baik atau normal dapat memberikan dampak terhadap perkembangan dan pertumbuhan dari siswa dapat membuat satunya yaitu dapat membuat kecerdasan otak dari siswa dan berdampak terhadap peningkatan prestasi belajar siswa. Oleh sebab itu agar siswa mampu untuk berprestasi di sekolah maka siswa tersebut harus memperhatikan faktor status gizinya.

Namun permasalahan yang ditemukan berdasarkan hasil survey awal pada siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai, bahwa dari jumlah keseluruhan siswa sampai saat ini belum pernah dilakukan tes dan pengukuran terhadap status gizi siswa, kurangnya perhatian orang tua terhadap status gizi anaknya, beberapa siswa belum mengetahui status gizinya. Permasalahan lainnya yang ditemukan berdasarkan hasil pengamatan pada siswa di sekolah ini yaitu terdapat beberapa siswa yang memiliki berat badan kurang atau kurus dan juga gemuk menunjukkan bahwa hal ini harus di pertimbangkan karena masih kurang memperhatikan status gizi mereka. Selain itu ditemukan juga siswa memiliki prestasi belajar yang rendah.

## Metode Penelitian

Tujuan operasional penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar pada siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Variabel penelitian ini adalah sebagai berikut: Variabel bebas (X) : status gizi dan variabel terikat (Y): prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif dengan teknik korelasional, yang bertujuan untuk memberikan gambaran seberapa besar hubungan antara status gizi

dengan kinerja siswa Kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Kumelembuai selama 1 bulan. Status gizi adalah keadaan tubuh seorang atlet berdasarkan asupan makanan dan konsumsi zat gizi yang diukur dengan rumus Indeks Massa Tubuh yang hasilnya dinyatakan dalam kg/m<sup>2</sup>. Sebuah perbedaan dibuat antara kategori sangat tipis, normal, tebal dan sangat tebal. Prestasi belajar siswa kelas XI. Kelas SMP Negeri 2 Kumelembuai merupakan hasil dari

kualifikasi yang yang di dapatkan adalah megikuti proses belajar mengajar yang dilakukan dalam meningkatkan perubahan dari prilaku siswa, sikap dan kemampuan siswa pada suatu unit program yang diperoleh melalui sertifikat kursus.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai yang berjumlah 20 siswa. Menurut Riduwan (2010) bahwa: "Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti." Sampel penelitian adalah keseluruhan populasi yakni berjumlah 20 orang.

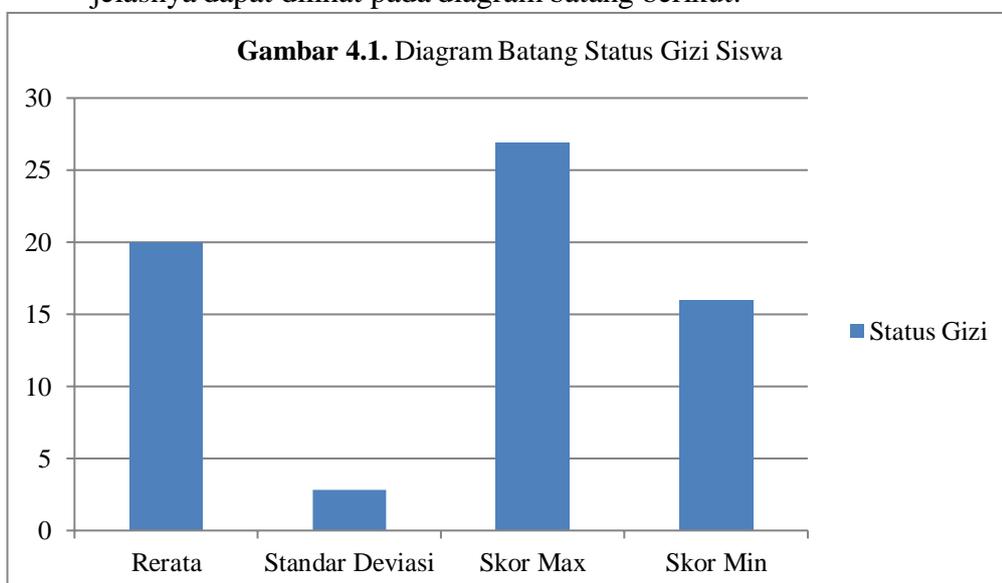
Teknik pengumpulan data status gizi siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai yang dilakukan seperti:

- 1) Peserta dipanggil sesuai dengan daftar nama;
- 2) Peserta tes naik di atas timbangan dengan posisi badan tegak lurus. Posisi hanya berdiri di atas timbangan dengan pakaian olahraga dan tanpa tambahan aksesoris lainnya.
- 3) Peserta tes berdiri badan tegak lurus untuk mengukur tinggi badan siswa dengan menggunakan meter mulai dari kaki sampai ketinggian parietal kepala.

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Data penelitian di peroleh dari hasil pengukuran status gizi dengan menggunakan rumus Indeks Masa Tubuh (IMT) dan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Hasil deskriptif data variabel status gizi (X), dan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai (Y) yaitu sebagai berikut

Data hasil penelitian status gizi siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai diperoleh melalui hasil tes pengukuran berat badan siswa (kg) dan tinggi badan siswa (cm) yang kemudian hasil tersebut dimasukkan ke dalam rumus Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan tujuan untuk melihat tingkat status gizi siswa. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa rerata status gizi siswa yaitu 20,02 dengan standar deviasi 2,83 dan tingkat penyebaran data 7,9524. Skor maksimum status gizi siswa yaitu 26,95 dan skor minimum 15,98. Lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram batang berikut.



Berdasarkan gambar di atas memperlihatkan bahwa status gizi siswa Kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai secara klasikal berada pada kategori normal dengan nilai rerata 20,02.

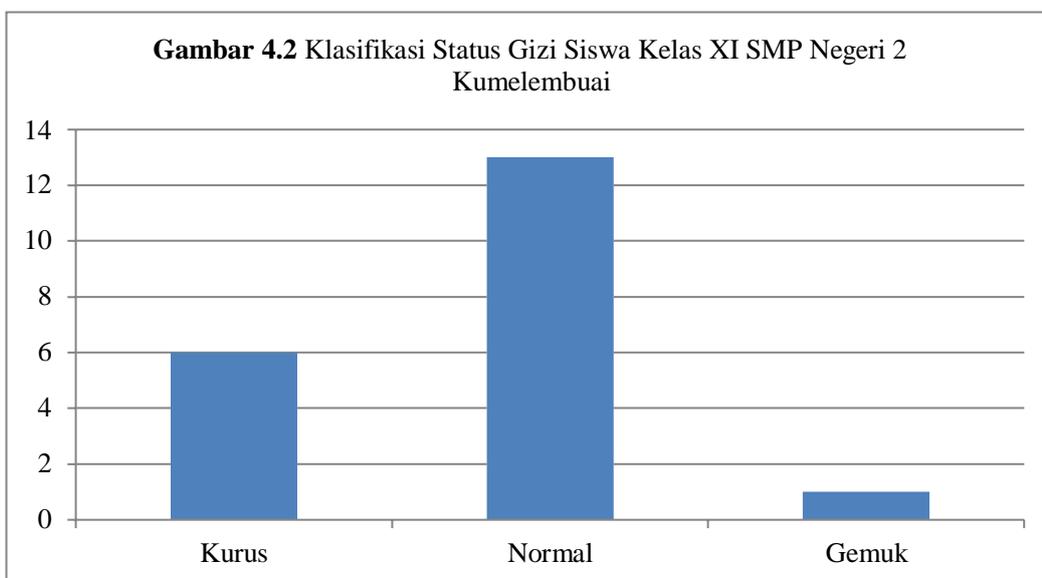
Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui hasil analisis status gizi dengan menggunakan rumus IMT diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.1** Klasifikasi Status Gizi Siswa Kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai

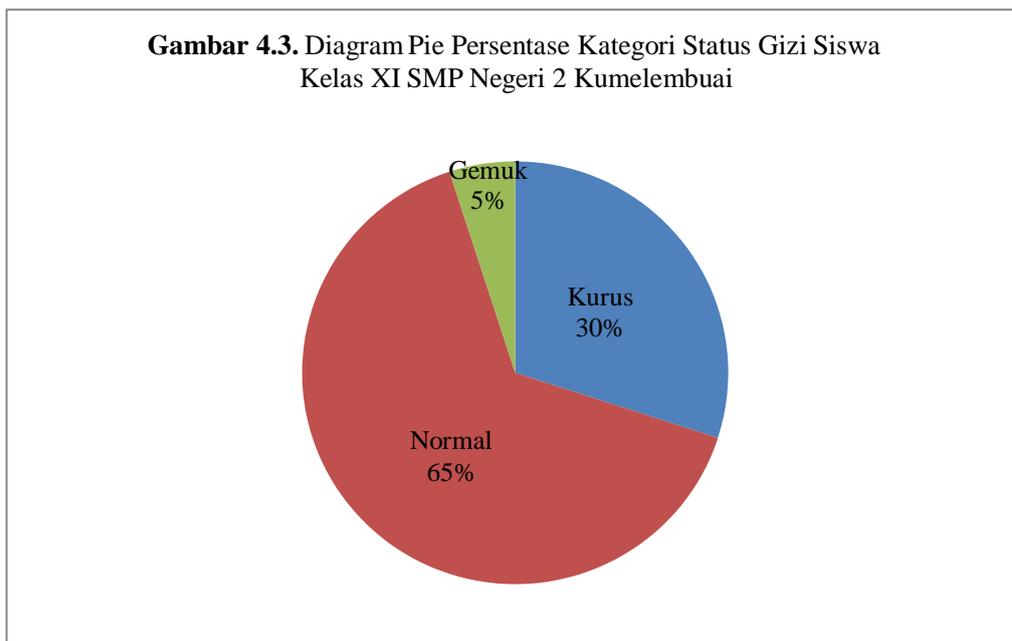
No	IMT (kg/m <sup>2</sup> )	Status Gizi	Kategori
1	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{35}{(1,48)^2} = \frac{35}{2.1904} = 15,98kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat Berat	Kurus
2	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{69}{(1,60)^2} = \frac{69}{2.56} = 26,95kg/m^2$	Kelebihan Berat Badan Tingkat Ringan	Gemuk
3	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{52}{(1,57)^2} = \frac{52}{2.4649} = 21,1kg/m^2$	Normal	Normal
4	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{45}{(1,51)^2} = \frac{45}{2.2801} = 19,74kg/m^2$	Normal	Normal
5	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{49}{(1,53)^2} = \frac{49}{2.3409} = 20,93kg/m^2$	Normal	Normal
6	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{45}{(1,45)^2} = \frac{45}{2.1025} = 21,4kg/m^2$	Normal	Normal
7	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{46}{(1,50)^2} = \frac{46}{2.25} = 20,44kg/m^2$	Normal	Normal
8	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{35}{(1,43)^2} = \frac{35}{2.0449} = 17,12kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat Ringan	Kurus
9	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{41}{(1,57)^2} = \frac{41}{2.4649} = 16,63kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat Berat	Kurus
10	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{43}{(1,59)^2} = \frac{43}{2.5281} = 17,01kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat Ringan	Kurus
11	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{60}{(1,60)^2} = \frac{60}{2.56} = 23,44kg/m^2$	Normal	Normal
12	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{48}{(1,52)^2} = \frac{48}{2.3104} = 20,78kg/m^2$	Normal	Normal
13	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{47}{(1,52)^2} = \frac{47}{2.3104} = 20,34kg/m^2$	Normal	Normal
14	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{52}{(1,46)^2} = \frac{52}{2.1316} = 24,39kg/m^2$	Normal	Normal
15	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{37}{(1,47)^2} = \frac{37}{2.1609} = 17,12kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat Ringan	Kurus
16	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{41}{(1,46)^2} = \frac{41}{2.1316} = 19,23kg/m^2$	Normal	Normal
17	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{58}{(1,66)^2} = \frac{58}{2.7556} = 21,05kg/m^2$	Normal	Normal
18	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{46}{(1,57)^2} = \frac{46}{2.4649} = 18,66kg/m^2$	Normal	Normal
19	$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)} = \frac{43}{(1,59)^2} = \frac{43}{2.5281} = 17,01kg/m^2$	Kekurangan Berat Badan Tingkat	Kurus

		$= 17,01\text{kg}/\text{m}^2$	Ringan	
20	IMT = $\frac{\text{BB}(\text{kg})}{\text{TB}^2(\text{m})} = \frac{52}{(1.57)^2} = \frac{52}{2.4649}$	$= 21,1 \text{ kg}/\text{m}^2$	Normal	Normal

Berdasarkan tabel 4.1 diatas memperlihatkan bahwa terdapat 6 siswa (30%) memiliki status gizi dengan kategori kurus dan 13 siswa (65%) memiliki status gizi dengan kategori normal serta 1 siswa (5%) memiliki status gizi dengan kategori gemuk. Klasifikasi atau kategori status gizi siswa Kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai disajikan pada gambar 4.2 dan 4.3 berikut

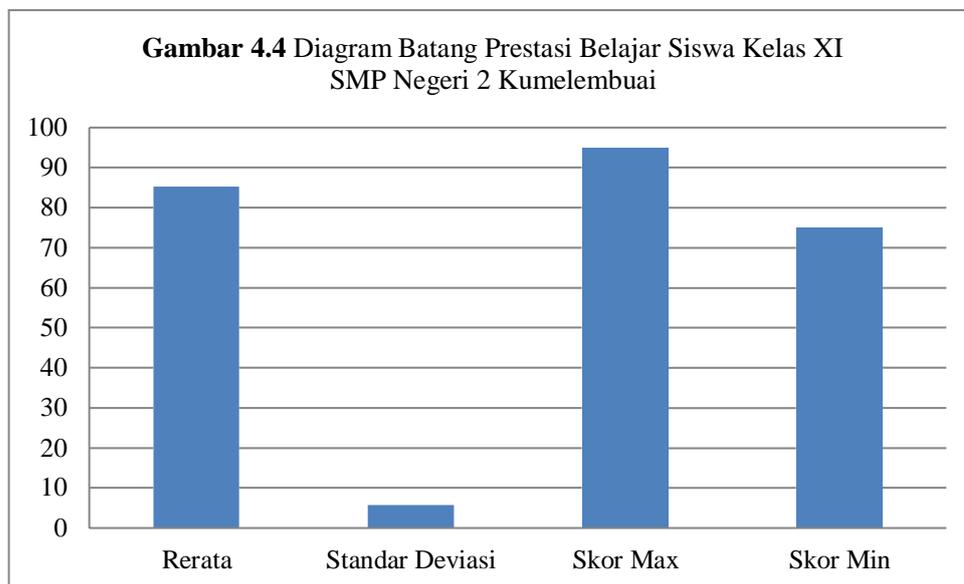


Berdasarkan gambar menandakan klasifikasi status gizi siswa Kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai lebih banyak berada pada kategori normal yakni 13 siswa. Selanjutnya persentase klasifikasi status gizi siswa disajikan pada gambar berikut



Berdasarkan gambar diagram pie di menandakan besar siswa memiliki status gizi normal yakni dengan persentase 65%, kurus 30% dan gemuk 5%.

Data prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai (Y) diperoleh dari nilai raport siswa. Berdasarkan data hasil penelitian variabel prestasi belajar siswa diperoleh nilai jumlah skor total adalah 1705, nilai mean adalah 85,25 dengan standar deviasi 5,73, tingkat penyebaran data (*variance*) sebesar 32,8329, dengan nilai maksimum 95 dan nilai minimum 75 lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 4.4 berikut



Berdasarkan gambar di atas memperlihatkan bahwa prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai secara keseluruhan baik dengan memiliki nilai rerata 85,25.

erdasarkan hasil analisis koefisien korelasi dengan menggunakan analisis korelasi faktor produk diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,91. Berdasarkan tabel interpretasi koefisien korelasi ( $r$ ), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara variabel X (status gizi) dan variabel Y (hasil belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai). Oleh karena itu, kesimpulan pengujian menggunakan analisis korelasi product-moment Pearson adalah terdapat hubungan yang sangat kuat antara status gizi dengan hasil belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai. Kontribusi variabel X (status gizi) terhadap variabel Y (kinerja belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai) sebesar 82,81, sisanya sebesar 17,19% ditentukan oleh variabel lain. Hasil analisis uji hipotesis penelitian menghasilkan thitung 9,312 dengan tingkat kepercayaan = 0,05, dk 18 dan diperoleh t-tabel sebesar 1,734. Oleh karena itu, thitung lebih besar dari ttabel,  $9,312 > 1,734$ . Menurut kriteria uji,  $H_0$  ditolak jika  $t > t_t$ . Artinya  $H_A$  akan diterima. Atau hipotesis bahwa ada hubungan antara status gizi siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai dengan prestasi belajar siswa.

Berdasarkan hasil dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai.

## Kesimpulan

Kesimpulan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang **sangat kuat** antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai, yakni sebesar 0,91.
2. Kontribusi variabel X (status gizi) terhadap variabel Y (prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai) adalah sebesar 82,81% dan sisanya 17,19% ditentukan oleh variabel lain.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi prestasi belajar siswa kelas XI SMP Negeri 2 Kumelembuai.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Abdullah, 2008. *Prestasi Belajar*. UIN. Malang.
- Almatsier Sunita. 2009. *Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*. PT Gramedia. Jakarta.
- Aqib Zainal 2002. *Profesionalisme Guru Dalam Pembelajaran*, Cendekia, Surabaya.
- Aunurrahman, 2016. *Belajar dan Pembelajaran*, Alfabeta, Bandung.
- Djamara, S. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Irianto Djoko Pekik. 2006. *Penilaian Status Gizi*. FIK-UNY. Yogyakarta.
- Lintong M, Marcel, 2010. *Gagasan – Gagasan Pendidikan Kontemporer Pemberdayaan Mutu Pendidikan di Indonesia*. Cahaya Pineleng, Jakarta.
- Mandagi S. Hendrik. 2012. *Kesegaran Jasmani*. Lembaga Pembinaan dan Pengembangan Aktivitas Instruksional Universitas Negeri Manado. IASPK Enterprise & Printing. Manado.
- Marno dan M. Idris. 2009. *Strategi dan Metode Pengajaran*. Ar-Ruzz Media. Jogjakarta.
- Muhammad, 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Teras. Yogyakarta.
- Nihiser. Et.al. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga Dan Olahragawan*. Andi Offset. Yokyakarta.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Direktorat Jenderal Olahraga.
- Proverawati Atika dan Kusuma Wati. 2010. *Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika. Yokyakatra.
- Ridwan, 2007. *Belajar Mudah Penelitian ut Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Alfabeta, Bandung.
- Riduwan, 2010. *Teknik Dan Metode Menyusun Tesis*. Alfabeta. Bandung.
- Riduwan & Akdon, 2006. *Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistika*. Alfabeta, Bandung.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor- faktor yang Mempengaruhinya*. Rhineka Cipta: Jakarta.
- Sudjana. 1989. *Metoda Statistik*. Tarsito. Bandung.
- Suryabrata, S. 2000. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta. Adi Yogyakarta.
- Syah Muhibin, 2006. *Psikologi Belajar*. Raja Grafindo Persada. Jakarta.