

---

# Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah

Sri Wahyuni<sup>1\*</sup>, Minkhatun<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten

<sup>2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten

---

## INFORMASI ARTIKEL:

### Riwayat Artikel:

Tanggal diterima: 28 September 2017

Tanggal di revisi : 14 November 2017

Tanggal dipublikasi: 29 Desember 2017

### Kata kunci:

Status gizi,  
Prestasi belajar,  
Siswa SD.

### Keyword:

Nutritional Status,  
Achievement,  
Elementary school children.

---

## INFORMASI ARTIKEL:

**Latar Belakang** : Status gizi anak dengan cerminan kecukupan gizi, merupakan salah satu tolak ukur penting untuk menilai keadaan pertumbuhan dan status kesehatannya. Di Indonesia kasus anak yang mengalami gizi kurang sebesar 43,7%. **Tujuan penelitian**: Mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah Tahun 2014. **Metode**: Penelitian menggunakan metode observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah. Populasi sebanyak 34 anak. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*. Instrumen dalam penelitian ini antara lain alat pengukur tinggi badan (microtoise), alat penimbang erat badan (timbangan injak), kartu menuju sehat (KMS) dan lembar dokumentasi. Analisa data dengan menggunakan uji Kendall Tau. **Hasil**: Penelitian menunjukkan status gizi siswa sebagian besar adalah baik sebanyak 21 anak (61,76%). Prestasi belajar anak sebagian besar adalah baik sebanyak 24 anak (70,59%). Ada hubungan status gizi siswa dengan prestasi belajar dengan *p-value* = 0,006. **Simpulan**: Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar pada anak SD kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah.

**Background**: The nutritional status of children with adequate nutrition reflection is one of important benchmarks to assess their growth and health status. In Indonesia the cases of children suffering from undernourishment were 43.7%. **Objective**: To know the correlation between nutritional status and academic achievement of elementary school children in class V SDN 3 at Bantulan of central Klaten 2014. **Methods**: The method used observational study with cross sectional approach. The populations in this study were all students of grade V SDN 3 Bantulan of central Klaten. The populations were as many as 34 children. The sampling used total sampling technique. The instrument used in this study was the stature meter (microtoise), body weight scale (trample scales), health card (KMS) and documentation sheets. Data analyze used Kendall Tau test. **Results**: The study showed that nutritional status of most students was good as many as 21 children (61.76%). Learning achievement of most children is largely well as many as 24 children (70.59%). There was a correlation between nutritional status of students and academic achievement with a *p-value* = 0.006. **Conclusion**: There was significant correlation between nutritional status and academic achievement in elementary school children of grade V SDN 3 Bantulan of central Klaten.

---

\* Korespondensi penulis.

Alamat e-mail: sunan\_puan@yahoo.com

## Pendahuluan

Tujuan utama pembangunan nasional adalah peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM) yang dilakukan secara berkelanjutan. Upaya peningkatan kualitas SDM dimulai dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia dengan perhatian utama pada proses tumbuh kembang anak sejak pembuahan sampai mencapai dewasa muda. Pada masa tumbuh kembang ini pemenuhan dasar anak seperti perawatan dan makanan bergizi yang diberikan secara baik dan benar dapat membentuk SDM yang sehat dan produktif. Anak sebagai aset SDM dan generasi penerus perlu diperhatikan kehidupannya. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pengembangan kualitas Sumber Daya Manusia.

Kecukupan gizi sangat mempengaruhi kecerdasan dan produktifitas kerja. Banyak aspek yang berpengaruh terhadap status gizi antara lain aspek pola pangan, sosial budaya dan pengaruh konsumsi pangan (Suhardjo, 2003).

Kelompok usia sekolah termasuk golongan penduduk yang berada pada masa pertumbuhan yang cepat dan aktif. Status gizi anak sebagai cerminan kecukupan gizi, merupakan salah satu tolok ukur yang penting untuk menilai keadaan pertumbuhan dan status kesehatannya. Usia antara 6 sampai 12 tahun adalah usia anak duduk di bangku SD. Pada masa ini anak mulai masuk ke dalam dunia baru, anak mulai banyak berhubungan dengan orang-orang diluar keluarganya dan berkenalan dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya (Moehdji, 2003).

Pada umur ini anak lebih banyak aktifitasnya, baik di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga anak 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, 2002).

Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan dan adanya daerah miskin gizi. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2002).

Hasil survei Departemen Kesehatan terhadap 600 ribu anak SD di 27 propinsi di Indonesia menunjukkan bahwa anak sekolah yang mengalami gangguan masalah kurang gizi berkisar antara 13,6%-43,7%. Masalah kekurangan gizi pada usia SD terlihat dengan prevalensi kekurangan energi protein di Indonesia pada siswa SD/MI sebesar 30,1%. Besarnya prevalensi gangguan pertumbuhan pada siswa SD/MI di Indonesia sebesar 32% di pedesaan dan 18% di wilayah perkotaan (Soekirman, 2000).

Salah satu indikator dari status gizi adalah keanekaragaman karena energi diperlukan anak untuk menahan rasa lapar saat berada di sekolah, anak membutuhkan untuk aktifitas di sekolah seperti belajar, berolahraga, bermain, waktu istirahat dan sebagainya (Moehdji, 2003).

Gizi buruk di 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 (Moehdji, 2003).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 2 Januari 2010 di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah yang dilakukan pada 10 anak dengan menimbang berat badan anak dan mengukur tinggi badan anak kemudian hasilnya disesuaikan dengan KMS-AS dan dengan nilai semester sebelumnya sehingga didapatkan hasil sebagai berikut, dari 5 anak laki-laki dan 5 anak perempuan.

Pada 5 anak laki-laki didapatkan hasil 3 anak laki-laki dengan status gizi baik dan prestasi belajar cukup, 1 anak laki-laki status gizi kurang dan prestasi belajar kurang, 1 anak laki-laki status gizi baik dan prestasi belajar kurang. Sedangkan pada 5 anak perempuan didapatkan hasil 2 anak perempuan status gizi baik dan prestasi belajar kurang, 1 anak perempuan status gizi baik dan prestasi cukup, 1 anak perempuan status gizi baik dan prestasi baik, 1 anak perempuan status gizi lebih dan prestasi cukup.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah. Populasi sebanyak 34 anak. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling. Instrumen dalam penelitian ini antara lain alat pengukur tinggi badan (*microtoise*), alat penimbang berat badan (timbangan injak), kartu menuju sehat (KMS) dan lembar dokumentasi. Analisa data dengan menggunakan uji Kendall Tau.

## Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas V**

Status Gizi	F	%
Gizi Lebih	4	11,7
Gizi Baik	21	61,8
Gizi Kurang	9	26,5
Jumlah	34	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa status gizi terbanyak adalah status gizi baik sebanyak 21 siswa (61,8%), sedangkan paling sedikit status gizi lebih sebanyak 4 siswa (11,7%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa Kelas V**

Prestasi Belajar	F	%
Baik Sekali	2	5,9
Baik	24	70,6
Cukup	5	14,7
Kurang	3	8,8
Sangat Kurang	0	0
Jumlah	34	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan prestasi belajar terbanyak adalah baik sebanyak 24 siswa (70,6%), sedangkan paling sedikit adalah prestasi belajar baik sekali yaitu sebanyak 2 responden (5,9%).

**Tabel 3. Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V**

Status Gizi	Prestasi Belajar					Total
	Baik Sekali	Baik	Cukup	Kurang	Sangat Kurang	
Lebih	2 50%	2 50%	0 0%	0 0%	0 0%	4 100%
Baik	0 0%	17 80,9%	3 14,3%	1 4,8%	0 0%	21 100%
Kurang	0 0%	5 55,6	2 22,2%	2 22,2%	0 0%	9 100%
Total	2 5,9%	24 70,6%	5 14,7%	3 8,8%	0 0%	34 100%

Hasil uji Kendall Tau = 0,442, *p-value* = 0,006

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 34 siswa didapatkan sebanyak 17 siswa (80,9%) mempunyai status gizi baik dengan prestasi belajar baik.

Berdasarkan hasil uji statistik Kendall Tau menunjukkan ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar dengan  $p\text{-value} = 0,006$  ( $P < 0,05$ ) nilai  $\tau = 0,442$ . Hal ini berarti semakin baik status gizi maka semakin baik prestasi belajar anak.

#### *Status Gizi Siswa Kelas V*

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 21 siswa mempunyai status gizi baik (61,8%) dan 4 orang (11,7%) dengan status gizi lebih dan 9 anak (26,5%) dengan status gizi kurang. Keadaan status gizi dipengaruhi oleh penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung adalah faktor makanan anak dan penyakit infeksi yang diderita anak. Sedangkan penyebab tidak langsung adalah ketahanan pangan di keluarga, pola pengasuhan anak, serta pelayanan kesehatan lingkungan.

Keadaan status gizi yang baik dipengaruhi keadaan kesehatan yang baik (tidak menderita penyakit infeksi) dan status sosial ekonomi yang akan mempengaruhi daya beli dan ketersediaan pangan dalam rumah serta konsumsi makanan dalam keluarga. Peningkatan pendapatan memungkinkan orang untuk memilih makan yang terbaik untuk memenuhi kebutuhannya (Rubedo, 2001).

#### *Prestasi Belajar Siswa Kelas V*

Dari hasil penelitian diketahui bahwa siswa dengan prestasi belajar baik sebanyak 24 anak (70,6%), 2 anak (5,9%) prestasi belajar baik sekali, 5 anak (14,7%) prestasi belajar cukup, 3 anak (8,8%) prestasi kurang dan tidak ada yang mempunyai prestasi sangat kurang.

Prestasi belajar merupakan hasil maksimum yang dicapai oleh seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar yang ditunjukkan dengan nilai tes yang diberikan oleh guru. Prestasi belajar kurang dapat disebabkan karena status gizi kurang. Akibat status gizi kurang adalah perkembangan otak yang tidak sempurna yang menyebabkan kognitif dan kemampuan belajar terganggu (Soekirman, 2000).

Prestasi belajar siswa meliputi prestasi kognitif (kemampuan berfikir dan analisis), afektif (sikap) dan psikomotor (tingkah laku). Dari ketiga aspek tersebut aspek kognitiflah yang menjadi tujuan utama dari suatu sistem pendidikan tanpa mengesampingkan aspek yang lain (Syah, 2001). Hasil nilai yang diperoleh siswa juga dipengaruhi oleh fasilitas dan sarana pendidikan yang terpenuhi sehingga anak dapat belajar dengan baik dan optimal (Tu'u, 2004). Dari hasil nilai tes mid-semester yang telah dilakukan sebagian besar responden adalah baik yaitu yang nilainya antara 71-85 (70,59%).

#### *Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan status gizi baik sebanyak 17 anak (80,9%) mempunyai prestasi belajar baik, 3 anak (14,3%) dengan prestasi belajar cukup dan 1 anak (4,8%) dengan prestasi belajar kurang. Sedangkan dari 9 anak yang status gizinya kurang didapatkan 5 anak (55,6%) mempunyai prestasi belajar baik, 2 anak (22,2%) mempunyai prestasi belajar cukup dan 2 anak (22,2%) mempunyai prestasi belajar kurang. Sedangkan dari 4 anak yang status gizinya lebih didapatkan 2 anak (50%) mempunyai prestasi belajar baik sekali dan 2 anak (50%) mempunyai prestasi belajar baik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar adalah status gizi seseorang. Hal ini dapat didukung pendapat Soetjningsih (2002) pada faktor kecerdasan dimana tinggi rendahnya kecerdasan yang dimiliki seseorang siswa sangat menentukan keberhasilannya mencapai prestasi belajar dan hal ini dipengaruhi oleh status gizi anak.

Kurangnya gizi pada usia muda dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental, kekurangan gizi juga dapat berakibat terganggunya fungsi otak secara permanen sampai dapat mempengaruhi kecerdasan anak (Almatsier, 2002). Gizi salah karena kekurangan zat makanan akan menyebabkan kualitas fisik menurun yang berakibat pada menurunnya kemampuan fisik untuk belajar, sehingga berdampak pada prestasi belajar yang menurun.

Zat gizi berguna untuk pertumbuhan termasuk pertumbuhan jaringan otak terutama sejak dalam kandungan sampai umur balita. Kekurangan gizi pada masa tersebut tidak dapat diganti pada periode selanjutnya, akibatnya pertumbuhan otak kurang sempurna sehingga untuk menyimpan tanggapan-tanggapan visual mengalami gangguan atau daya ingat terganggu. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi prestasi belajar (Petrus, 2003).

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Huwae (2005) bahwa ada hubungan status gizi dan kadar Hb dengan prestasi murid SD di daerah endemis malaria Kabupaten Nabire. Dari hasil penelitian diketahui ada siswa dengan status gizi kurang memiliki prestasi baik. Hal ini dikarenakan prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi, namun masih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Menurut Tu'u (2004), ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor in-

ternal berasal dari dalam individu seperti faktor bakat, minat, motif dan cara belajar seperti biasanya anak belajar di rumah untuk mengulang kembali mata pelajaran yang telah diberikan hari itu pada sore atau malam hari.

Faktor eksternal berasal dari luar individu yang akan menghambat atau mendorong individu tersebut seperti faktor lingkungan keluarga. Keadaan ini didukung lingkungan keluarga yang harmonis dan lingkungan rumah yang cukup tenang, tersedianya sarana dan fasilitas belajar, keadaan ekonomi keluarga yang cukup dan mapan, kondisi lingkungan sekolah yang menjamin proses belajar lancar (fasilitas dan sarana mendukung) dan tersedia waktu yang relatif singkat namun dapat belajar dengan baik dikarenakan status gizi yang baik atau tidak sehingga dapat mendukung prestasi belajar anak.

Hasil uji statistik Kendall Tau didapatkan  $p\text{-value} = 0,006$  dan nilai  $T = 0,442$  menunjukkan ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar anak SD kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah.

### Simpulan

Status gizi anak SD kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah sebagian besar adalah baik sebanyak 21 anak (61,8%).

Prestasi belajar anak SD Kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah sebagian besar adalah baik sebanyak 24 anak (70,6%).

Ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar anak SD kelas V di SDN 3 Buntalan Klaten Tengah dimana  $p\text{-value} = 0,006$  ( $p < 0,005$ ).

### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh civitas akademika Sekolah

Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten, dan seluruh siswa kelas V SDN 3 Buntalan Klaten Tengah yang telah bersedia menjadi responden.

#### **Daftar Pustaka**

- Almatsier, S., 2002. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utara.
- Huawe, W., 2005. *Hubungan Status Gizi dan Kadar Hb dengan Prestasi Belajar Murid SD di Daerah Endemis Malaria Kabupaten Nabire*. FK-UGM: Yogyakarta.
- Moehdji, S., 2003. *Ilmu Gizi*, Jakarta: Papan Sinai.
- Petrus, 2003. *Status Gizi, Intelegensi dan Prestasi Belajar* [Thesis], Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada.
- Soekirman, 2000. *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya*, Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Soetjiningsih, 2002. *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: EGC.
- Suhardjo, 2003. *Perencanaan Pagan dan Gizi*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Tu'u, T., 2004. *Peran Disiplin Pada Perilaku Dan Prestasi Siswa*, Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.