



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig852>

STATUS GIZI DAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 6 SANUR

Ida Ayu Purnama Dewi¹, I Komang Agusjaya Mataram¹, Hertog Nursanyoto¹

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar

email Penulis Korespondensi (K): gekwid264@yahoo.com

ABSTRACT

Nutrition is one of the main determinants of the quality of Human Resources. Good nutritional status will affect the process of growth and development of children, one of which can improve intellectual abilities that will have an impact on learning achievement in school. In general, the purpose of this study was to determine the nutritional status and learning achievement of children at SDN 6 Sanur. This type of research was observational with a cross sectional design. This research was conducted at SDN 6 Sanur in February to April 2019. The results showed that normal nutritional status was 45 (61.64%). Learning achievement can be interpreted as the level of success of students in learning subject matter in schools which are expressed in scores obtained from the results of tests on a number of certain subject matter (Sutanto, 2013). Specific subject matter is namely Religion of Character, PPKN, Indonesian Language, Mathematics, Science, Social Sciences, SBdP, PJOK, Balinese Language, and Language. Most of the samples that had good nutritional status with good learning achievement were 49 (67.12%), but there were still less than 5 (6.85%). Samples with normal nutritional status who have good learning achievement as many as 31 (42.46%), but there are those who are thin (8.22%), obese (9.59%), and obese (5.48%) have learning achievements with good category. Although the sample has a nutritional status that is lacking (very thin and thin) or has more nutritional status (fat and obese) can also have good learning achievements. This happens probably because of how to learn samples both at school and while studying in their homes under the guidance of parents. From this data samples with good nutritional status tend to have good learning achievements. This is probably due to the sample with good nutritional status that will have good concentration when attending school. Besides that the presence of samples in the school will be more optimal.

Keywords: *Nutritional Status; Learning achievement; Primary school children*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hasil pemantauan Penilaian Status Gizi (PSG) tahun 2017 melaporkan tentang status gizi di Provinsi Bali menurut indikator IMT/U dengan presentase status gizi kurus sangat tinggi sebanyak 3,4% (Rokom, 2018). Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas Sumber Daya Manusia. Status gizi yang baik akan mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya dapat meningkatkan kemampuan intelektual yang akan berdampak pada prestasi belajar di sekolah.

Anak sekolah merupakan asset negara yang sangat penting sebagai sumber daya manusia bagi keberhasilan pembangunan bangsa. Anak sekolah adalah anak yang berusia 7-11 tahun, memiliki fisik yang lebih kuat, mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung dengan orang tua. Biasanya pertumbuhan putri lebih cepat daripada putra. Kebutuhan gizi anak sebagian besar digunakan untuk aktivitas pembentukan dan pemeliharaan jaringan (Moehdji, 2003).

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 yang lebih kecil diikuti dengan pertumbuhan 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, 2008)

Kecerdasan seorang anak tidak hanya ditentukan oleh faktor genetik dan faktor lingkungan berupa stimulasi, melainkan juga faktor gizi atau nutrisi yang sehat dan seimbang dalam makanan sehari-hari (Julianto, 2010). Gizi menjadi penting bagi anak sekolah karena selain dapat meningkatkan kecerdasan anak juga dapat menunjang pertumbuhan secara fisik dan mental, guna mendukung keadaan tersebut anak sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar sehingga memerlukan status gizi yang baik. Status gizi yang kurang tersebut akan menimbulkan kerusakan otak, sakit, dan penurunan pertumbuhan fisik. Ketiga keadaan ini akan berpengaruh terhadap perkembangan intelektual.

Gangguan perkembangan yang tidak normal antara lain ditandai dengan lambatnya kematangan sel-sel syaraf, lambatnya gerakan motorik, kurangnya kecerdasan dan lambatnya respon sosial. Kecerdasan setiap orang berbeda-beda, ada yang cepat memahami apa yang dipelajari dan ada juga yang lamban dalam memahami apa yang dipelajari. Kecerdasan setiap orang dapat dilihat dari hasil yang dicapai atau biasa disebut dengan prestasi. Pemenuhan fasilitas belajar yang baik dapat mendorong siswa untuk rajin belajar. Fasilitas belajar sangat mempengaruhi prestasi belajar siswa karena pemenuhan fasilitas belajar yang memadai dan lengkap akan mendorong siswa untuk mendapat hasil yang maksimal (Suryabrata, 2005). Dari uraian permasalahan diatas penulis tertarik meneliti Status Gizi dan Prestasi Belajar siswa siswi SDN 6 Denpasar

Tujuan

Secara umum tujuan penelitian adalah untuk mengetahui status gizi dan prestasi belajar anak SDN 6 Sanur

METODE

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, Secara umum tujuan penelitian adalah untuk mengetahui status gizi dan prestasi belajar anak SDN 6 Sanur. Jenis penelitian ini adalah *observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SDN 6 Sanur, Kecamatan Denpasar Selatan Kota Denpasar Provinsi Bali. Penelitian dilakukan yakni pada bulan Februari 2019 sampai April 2019. Populasi penelitian ini adalah seluruh anak kelas 5 dan 6 SDN 6 Sanur. Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer meliputi identitas siswa, berat badan, tinggi badan, dan umur, sedangkan data sekunder meliputi hasil nilai raport semester 1 dengan rata rata semua mata pelajaran bernilai diatas 75.

HASIL

Lokasi penelitian di SDN 6 Sanur yaitu di Jalan Danau Beratan No 3, Desa Sanur Kaja, terletak di Banjar Buruwan, Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar Provinsi Bali. SDN 6 Sanur ini berdekatan dengan pantai Sanur yang berjarak sekitar 100 meter. SDN 6 ini telah terakreditasi A dan memakai kurikulum 2013. Luas tanah SDN 6 Sanur yaitu 1,500m², memiliki 6 ruang kelas, perpustakaan 1 ruang, UKS 1 ruang, kantor guru 1 ruang, dan kantor kepala sekolah 1 ruang. Jumlah murid SDN 6 Sanur sebanyak 240 murid diantaranya murid laki-laki sebanyak 111 murid dan murid perempuan sebanyak 129 murid dengan jumlah guru SDN 6 Sanur yaitu 10 orang.

Tabel 1.

Distribusi sampel berdasarkan umur

Umur (tahun)	f	%
10	15	20,55
11	30	41,09
12	26	35,62
14	2	2,74
Jumlah	73	100,00

Umur sampel berkisar antara 10-14 tahun. Sebagian besar sampel berumur 11 tahun yaitu 30 (41,09%) dan lainnya menyebar pada umur 10, 12, dan 14 tahun. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam tabel 1.

Tabel 2
Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	f	%
Perempuan	38	52,05
Laki-laki	35	47,95
Jumlah	73	100,00

Jenis kelamin sampel meliputi perempuan dan laki-laki dimana jumlah sampel dengan jenis kelamin laki-laki adalah 35 sampel (47,95%) sedangkan jumlah sampel perempuan yaitu 38 sampel (52,05%). Untuk lebih jelasnya bisa dilihat tabel 2.

Tabel 3
Distribusi Sampel Menurut Status Gizi (IMT/U)

IMT/U	f	%
Sangat Kurus	1	1,37
Kurus	7	9,59
Normal	46	63,01
Gemuk	11	15,07
Obesitas	8	10,96
Jumlah	73	100,00

Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutrire dalam bentuk variabel tertentu (Supariasa, 2016). Status gizi diukur berdasarkan IMT/U dibagi menjadi 5 kategori yaitu status gizi sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan obesitas. Sebagian sampel memiliki status gizi normal yaitu 46 (63,01%), namun ada yang memiliki status gizi gemuk (15,07%) dan obesitas (10,96%), bahkan ada yang kurus (9,59%) dan sangat kurus (1,37%). Status gizi sampel dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 4
Distribusi Sampel Menurut Prestasi Belajar

Prestasi Belajar	f	%
Baik	49	67,12
Cukup	19	26,03
Kurang	5	6,85
Jumlah	73	100,00

Prestasi belajar adalah tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah yang dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes sejumlah materi pelajaran.

Mata pelajaran meliputi : Agama Budi Pekerti, PPKN, Bahasa Indonesia, Matematika, IPA, IPS, SBdP, PJOK, Bahasa Bali, dan Bahasa. Skor hasil belajar siswa dikategorikan menjadi baik, cukup, kurang. Sebagian besar prestasi belajar sampel sudah baik 49 (67,12%), namun masih ada yang kurang sebanyak 5 (6,85%). Distribusi prestasi belajar dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 5
Distribusi Sampel Menurut Status Gizi (IMT/U) dan Prestasi Belajar

Status Gizi	Prestasi Belajar						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Sangat kurus	1	1,37	0	0	0	0	1	1,37
Kurus	6	8,22	1	1,37	0	0	7	9,59
Normal	31	42,46	11	15,07	4	5,48	46	63,01
Gemuk	7	9,59	3	4,11	1	1,37	11	15,07
Obesitas	4	5,48	4	5,48	0	0	8	10,96
Jumlah	49	67,12	19	26,03	5	6,85	73	100,00

Sampel dengan status gizi normal yang memiliki prestasi belajar dengan kategori baik sebanyak 31 (42,46%). Namun ada yang kurus (8,22%), gemuk (9,59%), dan obesitas (5,48%) juga memiliki prestasi belajar dengan kategori baik. Disamping itu ada sampel dengan status gizi normal memiliki prestasi belajar yang cukup 11 (15,07%) bahkan ada yang kurang 4 (5,48%). Sampel dengan status gizi normal kecenderungan memiliki prestasi belajar yang baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5.

PEMBAHASAN

Sampel pada penelitian ini adalah murid SD kelas 5 dan kelas 6 yang berumur 10-12 tahun namun ada 2 (2,74 %) murid SD yang memiliki umur 14 tahun. Sampel dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 35 sampel (47.95%) sedangkan sampel perempuan sebanyak 38 sampel (52.05%). Tampak secara gender jumlah sampel laki-laki sedikit berbeda dengan sampel perempuan.

Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk variabel tertentu (Supriasa, 2016). Secara umum status gizi dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu makanan anak-anak dan penyakit infeksi yang diderita sedangkan faktor penyebab tidak langsung yaitu ketersediaan pangan, pola asuh anak, dan akses keterjangkauan anak atau keluarga terhadap air bersih dan pelayanan kesehatan.

Untuk menentukan status gizi sampel berdasarkan indikator IMT/U diperlukan data berat badan (BB), tinggi badan (TB) dan umur. Sebagian sampel memiliki status gizi normal yaitu 46 (63.01%), namun ada yang memiliki status gizi gemuk dan obesitas, bahkan ada yang kurus dan sangat kurus. Hal ini kemungkinan disebabkan karena perbedaan asupan zat gizi masing-masing sampel untuk memenuhi kebutuhan tubuhnya, sedangkan infestasi cacing tidak dilakukan pemeriksaan. Berdasarkan informasi dari Pembina UKS di sekolah tersebut telah dilakukan himbauan kepada siswa agar mengkonsumsi obat cacing minimal setiap 6 bulan sekali.

Prestasi 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 (Sutanto, 2013). Secara umum prestasi belajar ditentukan dengan berbagai faktor internal yaitu jasmaniah, psikologis, dan kelelahan sedangkan faktor eksternal yaitu keluarga, sekolah, masyarakat serta lingkungan.

Skor hasil belajar siswa dikategorikan menjadi baik, cukup, kurang. Sebagian besar prestasi belajar sampel sudah baik 49 (67.12%), namun masih ada yang kurang sebanyak 5 (6.85%). Perbedaan prestasi belajar antar siswa kemungkinan disebabkan oleh kemampuan konsentrasi siswa saat menerima pelajar, disamping dukungan keluarga untuk membimbing belajar dirumah serta waktu yang diperlukan untuk beraktivitas bersama teman sebayanya.

Sampel dengan status gizi normal yang memiliki prestasi belajar dengan kategori baik sebanyak 31 (42,46%), namun ada yang kurus, gemuk, dan obesitas memiliki prestasi belajar dengan kategori baik. Hal ini menunjukkan status gizi bukan merupakan satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar. Walaupun sampel memiliki status gizi yang kurang (sangat kurus dan kurus) atau memiliki status gizi lebih (gemuk dan obesitas) juga bisa memiliki prestasi belajar yang baik. Hal ini terjadi kemungkinan disebabkan dari cara belajar sampel baik waktu di sekolah maupun saat belajar di rumah masing-masing dibawah bimbingan orangtua.

Dari data ini kecenderungan sampel dengan status gizi baik memiliki prestasi belajar yang baik. Hal ini kemungkinan disebabkan sampel dengan status gizi baik akan memiliki konsentrasi yang baik pada saat mengikuti pelajaran di sekolah. Disamping itu kehadiran sampel di sekolah akan lebih optimal. Seorang siswa yang bersikap conserving (apatis) terhadap ilmu pengetahuan cenderung mengambil pendekatan belajar yang sederhana dan tidak mendalam. Sebaliknya, siswa yang berintelengensi tinggi dan mendapat dorongan positif dari orang tuanya, akan memilih pendekatan belajar yang lebih mementingkan kualitas hasil pembelajaran (Santanugosh, 2013).

SIMPULAN DAN SARAN

Status Gizi dengan kategori status gizi normal yaitu 46 anak (63,01%) namun ada yang memiliki status gizi sangat kurus (1,37%), kurus (9,59%), gemuk (15,07%) dan obesitas (10,96%). Sebagian besar prestasi belajar anak sudah baik 49 (67,12%), namun masih ada yang kurang sebanyak 5 (6,85%). Anak dengan status gizi normal yang memiliki prestasi belajar dengan kategori baik sebanyak 31 (42,46%). Namun ada yang memiliki status gizi sangat kurus (1,37%), kurus (8,22%), gemuk (9,59%) dan obesitas (5,48%). Dari data ini kecenderungan sampel dengan status gizi baik memiliki prestasi belajar yang baik. Diharapkan siswa di SDN 6 Sanur memperhatikan status gizinya khususnya status gizi kurus, gemuk dan obesitas. Sampel dengan status gizi obesitas dan gemuk agar melakukan penurunan berat badan dengan cara mengurangi porsi makan dan beraktivitas fisik. Sampel yang kurus sebaiknya mengatur pola makan yang teratur dengan memperhatikan pola menu seimbang anak sekolah. Waktu makan dapat diatur meliputi 3 kali makan utama dan 2 kali selingan serta mengkonsumsi makanan yang beragam dan bergizi agar mencapai status gizi baik yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Almtsier. 2011. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
2. Anwar, HM. 2008. Peranan Gizi dan Pola Asuh dalam Meningkatkan Kualitas Tubuh Kembang Anak, Available from: URL : www.whandi.net (27/01/2019)
3. Moehdji, S. 2003. Ilmu Gizi. Papan Sunai. Jakarta
4. Julianto, I. 2010. Rahasia Kecerdasan Anak. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
5. Notoatmojo, Soekidjo. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
6. Anonim. 2018. Rapor Peserta Didik Sekolah Dasar. Denpasar: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
7. Supariasa, I Dewa Nyoman, Bachyar Bakri, Ibnu Fajar. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC
8. Soekirman. 2002. Ilmu Gizi dan Aplikasinya. Jakarta: Dirjen Perguruan Tinggi Depdiknas.
9. Suryabrata, S. 2005. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
10. Slameto. 2003. Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhinya. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
11. Susanto, Ahmad. 2012. Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.

12. Rokom, 2018. Buku Saku Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017, Available from : URL : http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Buku-Saku-Nasional-PSG-2017_975.pdf (30/01/2019)