

Turnitin LLCC

2215030385_RIFQI RAMADHANI

Document Details

Submission ID

trn:oid::2945:396503117

Submission Date

Jul 1, 2026, 3:45 AM GMT+0

Download Date

Jul 1, 2026, 3:59 AM GMT+0

File Name

2215030385_RIFQI RAMADHANI.pdf

File Size

585.9 KB

27 Pages**6,205 Words****39,099 Characters**

28% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 120 words)

Top Sources

- 28%  Internet sources
- 0%  Publications
- 9%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

28%  Internet sources
0%  Publications
9%  Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	
core.ac.uk		24%
2	Internet	
eprints.umg.ac.id		4%

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Status Gizi adalah keadaan tubuh yang merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh. Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja, dan kesehatan secara umum (Doss, 2025)

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. Keadaan gizi kurang, mengakibatkan perubahan struktural dan fungsional pada otak. Anak-anak tidak begitu aktif, kurang vocal, kurang responsif, dan menunjukkan sikap gelisah, lebih cemas, kurang bahagia, serta memiliki batas konsentrasi yang rendah.

Berdasarkan penelitian (Cahyanto et al., n.d.), bahwa terdapat hubungan positif antara status gizi dengan prestasi belajar. Mayoritas subject memiliki status gizi normal dengan rentang 18,0 – 24,0 serta index prestasi dalam rentang 3,31-3,70. Hal ini berarti semakin baik status gizi subject maka makin baik pula index prestasinya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, salah satunya faktor kesehatan, dimana proses belajar akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu. Kesehatan dapat terganggu apabila asupan gizi yang masuk tidak seimbang dengan kegiatan belajar, dengan kata lain asupan gizi seseorang berpengaruh terhadap belajarnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan waka kurikulum SMP Islam Al Azhaar Tulungagung, pada tahun pelajaran 2023/2024 menemukan data hasil belajar yang kurang memenuhi standar nilai minimal yang diharapkan pada kelas IX. Hasil evaluasi belajar yang dilakukan secara rutin pada setiap tahun menunjukkan adanya nilai yang rendah pada prestasi akademik kumulatif yang dibawah dari standar yaitu 45%. Beberapa studi terdahulu menemukan bahwa anak yang gemuk dan obesitas memiliki prestasi akademik yang kurang dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami kegemukan.

Oleh karena rendahnya nilai kumulatif siswa tersebut, maka pihak sekolah perlu melakukan evaluasi terhadap berbagai faktor yang dapat menyebabkan hal tersebut, selain melakukan evaluasi terhadap kurikulum dan metode pengajaran maka pihak sekolah juga ingin mengetahui kemungkinan adanya hubungan antara status gizi siswa dengan prestasi belajar tersebut.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara status gizi terhadap prestasi belajar siswa. hal inilah yang mendorong untuk dilakukan adanya penelitian ini, agar dapat diketahui faktor penyebab dari permasalahan tersebut.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan diatas, maka penelitian ini perlu dibuatkan perumusan permasalahan. Adapun perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Bagaimana hubungan antara status gizi dan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung Tahun 2025?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung Tahun 2025

D. MANFAAT PENELITIAN

Adapun manfaat bagi penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk memperkuat pemahaman bahwa secara teori status gizi berpengaruh terhadap prestasi belajar, karena saat masa pertumbuhan dan perkembangan otak ada kaitannya dengan optimalisasi status gizi dan prestasi belajar.

2. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat:

1. Memberikan informasi kepada siswa tentang hubungan status gizi terhadap prestasi belajar sehingga siswa dapat memperbaiki status gizinya agar prestasi belajarnya meningkat.
2. Memberikan masukan kepada sekolah agar memasukkan informasi terkait gizi melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Karena masalah gizi tidak selalu disebabkan oleh ketidak mampuan membeli pangan, tetapi juga karena rendahnya pemahaman dan kesadaran mengenai asupan gizi yang baik.

BAB II

KAJIAN TEORI

1. Status Gizi

A. Pengertian Gizi

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda tergantung pada usia, jenis kelamin, aktifitas tubuh dalam sehari, dan berat badan. 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 (Nur et al., 2023). Kekurangan gizi dapat menyebabkan beberapa hal, salah satunya adalah gangguan kecerdasan. Sel-sel otak dibentuk dari asam amino, apabila asam amino dari makanan kurang maka pembentukan sel-sel otak akan terhambat. Pada keadaan yang berat dan kronis, pertumbuhan badan akan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil (Kusumawati & Kom, 2020)

Terdapat 3 konsep gizi yang meliputi gizi (nutrition), nutritur (nutriture) dan status gizi (nutritional status). Gizi adalah proses dimana makhluk hidup menggunakan makanan atau lainnya yang dikonsumsi melalui proses pencernaan, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan eliminasi dengan tujuan keberlangsungan hidup pertumbuhan, serta menjaga fungsi normal dan produksi energi. Nutriture adalah status yang dihasilkan dari keseimbangan antara suplai gizi dan pengeluaran. Sehingga status gizi adalah ekspresi dari nutritur dalam variabel yang spesifik. Status gizi adalah keadaan kesehatan fisik seseorang atau sekelompok orang yang ditentukan dengan salah satu atau beragam kombinasi dari ukuran gizi tertentu. Penilaian status gizi

dilakukan dengan pengukuran antropometri, pengumpulan informasi klien tentang riwayat medis, karakteristik biokimia dan klinis, praktik diet, pengobatan yang dijalani saat ini dan situasi ketahanan pangan (Paramashanti et al., 2024). Status gizi berdampak pada ketahanan tubuh dan respons terhadap terapi medis. Penilaian status gizi digunakan oleh tenaga kesehatan bertujuan untuk (Paramashanti et al., 2024)

- a. Untuk mengidentifikasi orang yang berisiko malnutrisi di awal
- b. Untuk mengidentifikasi klien malnutrisi untuk pengobatan. Apabila tidak ditangani maka penyembuhannya akan lama dan terjadi komplikasi sehingga
- c. risiko kesakitan dan kematian semakin meningkat
- d. Untuk mengidentifikasi klien malnutrisi untuk pengobatan. Apabila tidak ditangani maka penyembuhannya akan lama dan terjadi komplikasi sehingga risiko kesakitan dan kematian semakin meningkat.
- e. Untuk memantau pertumbuhan anak .
- f. Untuk mengidentifikasi komplikasi medis yang mempengaruhi kemampuan tubuh dalam mencerna makanan atau meng utilisasi zat gizi.
- g. Untuk mendeteksi praktik yang dapat meningkatkan risiko malnutrisi dan infeksi.
- h. Untuk memberikan edukasi dan konseling gizi.
- i. Untuk menegakkan perencanaan gizi yang tepat

Menurut (Paramashanti et al., 2024) metode yang digunakan untuk menilai status gizi seseorang atau masyarakat adalah melakukannya secara langsung maupun tidak langsung. Penilaian secara langsung diantaranya dengan menggunakan metode antropometri, klinis, biokimia dan biofisik. Sedangkan penilaian secara tidak langsung menggunakan survei konsumsi pangan, statistik vital dan factor ekologi.

B. Ruang Lingkup Gizi

Gizi atau disebut juga nutrisi, merupakan ilmu yang mempelajari perihal makanan serta hubungannya dengan Kesehatan (Meidiawati, n.d.). Ilmu

pengetahuan tentang gizi (nutrisi) membahas sifat-sifat nutrien (zat-zat gizi) yang terkandung dalam makanan, pengaruh metaboliknya serta akibat yang timbul bila terdapat kekurangan (ketidak cukupan) zat gizi. Zat-zat gizi tidak lain adalah senyawa- senyawa kimia yang terkandung dalam makanan yang pada gilirannya diserap dan digunakan untuk meningkatkan kesehatan tubuh kita. Terdapat sejumlah besar zat gizi yang sebagaimana di antaranya, bersifat esensial yang artinya tak dapat disintesis sendiri oleh tubuh sehingga harus dikonsumsi dari makanan-makanan kita. Zat-zat gizi esensial tersebut meliputi vitamin, mineral, asam amino, asam lemak dan sejumlah karbohidrat sebagai energi (Awaru et al., 2025).

Sedangkan golongan zat-zat gizi yang tidak esensial adalah zat-zat gizi yang dapat disintesis (dibentuk) didalam tubuh dari senyawa atau zat gizi tertentu walaupun kesemuanya ini dapat juga bersumber dari diet (hidangan yang kita konsumsi sehari-hari). Zat gizi secara garis besar dibedakan dalam dua bentuk, yaitu makronutrien (zat gizi makro) dan mikronutrien (zat gizi mikro) (Awaru et al., 2025). Pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi tubuh kita pada umumnya diperoleh dari diet yang sesuai dan memenuhi syarat-syarat kesehatan. Dengan demikian akan dapat memelihara komposisi tubuh sedemikian rupa sehingga memungkinkan tubuh dapat menjalankan aktivitas fisik dan mental secara baik. Kebutuhan nutrisi harian terhadap zat-zat gizi esensial serta kebutuhan sumber-sumber energi bergantung pada sejumlah faktor-faktor yang yakin: Umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, aktivitas fisik dan proses metabolisme dalam tubuh. Badan atau lembaga-lembaga pusat gizi baik nasional maupun internasional, berfungsi mengevaluasi secara periodik perihal jumlah kecukupan diet yang dianjurkan yang berlaku bagi tubuh seorang sehat, dengan memperhitungkan faktor keamanan tertentu. Agar tercapai tingkat kesehatan yang optimal diperlukan asupan energi yang seimbang dengan pengeluaran energi. Telah lama disadari tentang besarnya pengaruh nutrisi dalam setiap praktik medik dan keperawatan bahkan juga untuk setiap daur kehidupan. Termasuk di sini penerapan prinsip-prinsip ilmu gizi yang ditujukan untuk diagnosis, pengobatan maupun pencegahan terhadap kasus-kasus akibat kurang

2

gizi, kelebihan gizi serta ketidak seimbangan metabolisme nutrisi. Secara fisiologi, kebutuhan gizi dapat dipenuhi melalui diet dan asupan yang berlangsung normal (makan dan minum). Namun pada kondisi medis dan keperawatan tertentu, mungkin diperlukan asupan yang lain seperti suplementasi oral dengan diet modifikasi: nutrisi yang diberikan secara enteral melalui sonde lambung atau 12 melalui stoma operasi, nutrisi parenteral melalui infus yang bersifat persial atau tota (Tinah et al., 2026).

C. Prestasi Akademik

Pendidikan merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dalam kehidupan. Pendidikan tidak bisa lepas dari kehidupan manusia dari balita hingga dewasa di seluruh lapisan Masyarakat (Suryani, 2023). Pada era globalisasi saat ini diperlukan SDM yang berkualitas guna menyongsong masa depan yang cerah. Setiap peserta didik memang tidak ada yang sama, perbedaan individual inilah yang menyebabkan perbedaan tingkah laku belajar di kalangan sekolah, sehingga menyebabkan perbedaan prestasi belajar. Prestasi belajar merupakan hasil dari suatu proses yang didalamnya terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi, tinggi rendahnya prestasi belajar siswa tergantung pada faktor-faktor tersebut (Salsabila & Puspitasari, 2020a). Dalam usaha mewujudkan Indonesia emas 2045, faktor guru atau pendidik sangatlah penting karena guru bertugas untuk membangun peserta didik yang berprestasi. Oleh karena itu, diperlukan suatu keahlian sendiri dalam menjalankan tugas untuk mendidik peserta didik, keahlian dalam menjalankan tugas sering dikenal dengan kompetensi. Kompetensi yang dimiliki oleh setiap guru akan menunjukkan kualitas guru yang sebenarnya. Mirisnya, guru cenderung memberikan materi monoton yang membuat peserta didik bosan dan tidak bersemangat dalam belajar (Gunawan et al., 2018). Hal ini berarti bahwa guru dituntut mampu menciptakan dan melakukan perubahan metode pembelajaran yang menarik minat peserta didik dalam proses pembelajaran. Selain itu guru juga perlu memberikan motivasi pada peserta didik karena, seberapa kuat motivasi dan dorongan peserta didik dalam belajar akan menentukan kualitas dan hasil belajar oleh karena itu, guru dituntut untuk mampu mendorong dan meningkatkan motivasi siswa dalam belajarnya (Suprihatin, 2015).

Motivasi belajar dapat datang dari dirinya sendiri atau biasa disebut motivasi intrinsik seperti rajin membaca buku dan rasa ingin tahu tinggi terhadap suatu masalah (Gunawan et al., 2018). Motivasi belajar dapat dibangkitkan, ditingkatkan dan dipelihara oleh kondisi-kondisi luar (ekstrinsik), seperti penyajian pelajaran oleh guru dengan media yang bervariasi, metode yang tepat dan komunikasi yang dinamis (Veriansyah et al., 2018). Selain motivasi yang dilakukan oleh guru, orang tua juga memiliki peranan yang sangat penting untuk memotivasi anaknya, supaya anak tersebut dapat mencapai prestasi belajar dengan baik. Alangkah baiknya orang tua membiasakan memotivasi anak dari sejak dini, lewat motivasi kecil yang awalnya diberikan orang tua kepada anak akan membuat anak memiliki pola pikir yang benar, sehingga timbulah tindakan yang benar pula. Misalnya memberikan *reward* berupa hadiah dengan tujuan agar anak semakin bersemangat dalam mencapai performa terbaiknya. Hal ini dilakukan karena merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi performa akademik. Adapun faktor yang terkait dengan performa akademik peserta didik terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal seperti fisiologis, psikologis, tingkat kecerdasan atau inteligensi, sikap belajar, bakat, minat belajar, motivasi dan faktor eksternal yaitu lingkungan sosial, faktor pendekatan belajar, lingkungan nonsosial (Salsabila & Puspitasari, 2020b). Strategi pembelajaran yang menarik peserta didik agar termotivasi untuk bergerak salah satunya adalah melalui pendekatan bermain yang menciptakan kesenangan dan keseruan saat melakukannya. Permainan merupakan salah satu model pembelajaran yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (Kurniawan & Firdaus, 2021).

Faktor eksternal yaitu faktor yang timbul akibat rangsangan dari luar individu, faktor ini mempunyai hubungan erat dengan kondisi psikologis peserta didik selaku makhluk sosial yang tidak dapat terlepas dari kehidupan sosial. Faktor tersebut yaitu dukungan keluarga, dukungan dari guru, dan dukungan dari teman sebaya. Ketiga faktor tersebut termasuk pada dukungan sosial. Faktor eksternal dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, faktor eksternal dilihat dari segi sosial yaitu interaksi antar manusia, seperti interaksi siswa dengan guru, sesama siswa, dan lain sebagainya (Ramli, 2025). Faktor eksternal yang paling mempengaruhi prestasi belajar siswa yaitu kompetensi guru dan teman sebaya. Dukungan akademik yang diberikan oleh teman

sebagai menjadi faktor terkuat dalam meningkatkan performa akademik dibandingkan dukungan dari orang tua (Altermatt, 2019). Ketiga faktor ini dapat menjadi acuan bagi individu untuk dapat meningkatkan performa akademik (Nauvalia, 2021).

Performa akademik peserta didik dapat dikatakan hasil atau capaian yang telah dicapai oleh setiap peserta didik maka dari itu, beberapa hal yang disebutkan diatas memiliki peranan sendiri-sendiri. Baiknya performa akademik akan melihat hasil akhir dari kemampuan peserta didik selama mengikuti pembelajaran, dengan meningkatkan potensi yang ada dalam dirinya serta selalu meningkatkan faktor-faktor lain yang dapat memberikan hasil yang maksimal dalam pencapaian performa akademik peserta didik

Prestasi akademik adalah prestasi atau hasil yang telah dicapai seseorang dalam usaha belajar yang dilakukan. Hasil rapor, hasil IPK, dan hasil kejuaraan merupakan berbagai bentuk dari prestasi belajar. Ada beberapa aspek dalam prestasi belajar, diantaranya : psikomotorik, afektif, kognitif. Faktor internal maupun eksternal seperti : asupan gizi, status gizi, kualitas tidur, sarana dan fasilitas, juga faktor lingkungan sangat berpengaruh pada prestasi belajar (Suwandaru & Hidayat, 2021a). Setiap aktifitas yang dilakukan oleh seseorang tentu ada faktor - faktor yang mempengaruhinya, baik yang cenderung mendorong maupun yang menghambat. Demikian juga dialami belajar, faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa itu adalah sebagai berikut :

a. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa. Faktor ini dapat dibagi dalam beberapa bagian, yaitu :

1) Faktor Intelegensi Intelegensi dalarn arti sernpit adalah kemampuan untuk mencapai prestasi di sekolah yang didalamnya berpikir perasaan. Intelegensi ini memegang peranan yang sangat penting bagi prestasi belajar siswa. Karena tingginya peranan intelegensi dalam mencapai prestasi belajar maka guru harus memberikan perhatian yang sangat besar terhadap bidang studi yang banyak membutuhkan berpikir rasiologi untuk mata pelajaran matematika.

2) Faktor Minat Minat adalah kecenderungan yang mantap dalam subyek untuk merasa tertarik pada bidang tertentu. Siswa yang kurang beminat dalam pelajaran tertentu akan menghambat dalam belajar. 35

3) Faktor Keadaan Fisik dan Psikis Keadaan fisik menunjukkan pada tahap pertumbuhan (kekurangan gizi akan menghambat pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan), kesehatan jasmani, keadaan alat – alat indera dan lain sebagainya. Keadaan psikis menunjuk pada keadaan stabilitas / labilitas mental siswa, karena fisik dan psikis yang sehat sangat berpengaruh positif terhadap kegiatan belajar mengajar dan sebaliknya.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor dan luar diri siswa yang mempengaruhi prestasi belajar. Faktor eksternal dapat dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu :

1) Faktor Guru Guru sebagai tenaga berpendidikan memiliki tugas menyelenggarakan kegiatan belajar mengajar, membimbing, melatih, mengolah, meneliti dan mengembangkan serta memberikan pelajaran teknik karena itu setiap guru harus memiliki wewenang dan kemampuan profesional, kepribadian dan kemasyarakatan. Guru juga menunjukkan fleksibilitas yang tinggi yaitu pendekatan didaktif dan gaya memimpin kelas yang selalu disesuaikan dengan keadaan, situasi kelas yang diberi pelajaran, sehingga dapat menunjang tingkat prestasi siswa semaksimal mungkin.

2) Faktor Lingkungan Keluarga Lingkungan keluarga turut mempengaruhi kemajuan hasil kerja, bahkan mungkin dapat dikatakan menjadi faktor yang sangat penting, karena sebagian besar waktu belajar 36 dilaksanakan di rumah, keluarga kurang mendukung situasi belajar. Seperti kericuhan keluarga, kurang perhatian orang tua, kurang perlengkapan belajar akan mempengaruhi berhasil tidaknya belajar.

3) Faktor Sumber - Sumber Belajar Salah satu faktor yang menunjang keberhasilan dalam proses belajar adalah tersedianya sumber belajar yang

memadai. Sumber belajar itu dapat berupa media / alat bantu belajar serta bahan baku penunjang. Alat bantu belajar merupakan semua alat yang dapat digunakan untuk membantu siswa dalam melakukan perbuatan belajar. Maka pelajaran akan lebih menarik, menjadi konkret, mudah dipahami, hemat waktu dan tenaga serta hasil yang lebih bermakna (Muammar & Suhartina, 2018)

Untuk mengetahui kemajuan dan perkembangan serta keberhasilan siswa maka dilakukan melalui tes prestasi belajar berdasarkan tujuan dan ruang lingkupnya. Tes prestasi belajar digolongkan dalam penilaian sebagai berikut:

a. Tes formatif

Tes yang diberikan kepada siswa pada akhir program satuan pembelajaran. Fungsinya untuk mengetahui pencapaian hasil belajar siswa dalam penguasaan bahan atau materi yang bertujuan untuk memperoleh gambaran daya serap siswa terhadap bahasan tersebut.

b. Tes sub sumatif

Tes yang diberikan kepada siswa pada tahap-tahap tertentu misalnya dua minggu sekali atau satu bulan sekali selama semester yang bersangkutan. Tujuannya selain untuk mengetahui gambaran daya serap materi yang telah diberikan, hasilnya akan digabungkan dengan nilai tes sumatif yang akan menjadi nilai rapor.

c. Tes sumatif

Tes ini biasa diadakan tiap catur wulan sekali atau setiap semester. Fungsi tes tersebut untuk menilai penguasaan siswa terhadap bahan pelajaran yang telah diajarkan selama jangka waktu tertentu.

Performa akademik yang baik tidak cukup didapatkan saat pembelajaran di kelas saja, melainkan melalui aktivitas fisik yang nantinya akan membentuk kemampuan fisik yang baik. Memiliki kemampuan fisik yang baik akan berpengaruh terhadap performa akademik peserta didik, sehingga pendidik perlu memperhatikan kebugaran peserta didik melalui pendidikan jasmani. Adanya hubungan antara aktivitas

fisik dengan performa akademik karena neurokognitif dari aktivitas fisik pada peserta didik memiliki implikasi penting bagi kesehatan, kebugaran, dan kemampuan fisik yang bisa didapatkan melalui Pendidikan Jasmani dalam kurikulum sekolah (Ardoy et al., 2014).

Peserta didik yang berprestasi rata-rata mempunyai rasa percaya diri yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan sikap, kesigapan, dan kesiapan peserta didik sebagai modeling atau peraga percontohan di kelasnya. Packham & Street, (2019) berpendapat bahwa terpisah dari efeknya pada kesehatan, peningkatan aktivitas fisik menghasilkan manfaat akademis yang besar dengan meningkatkan kognisi, fokus, dan memori. Kemampuan fisik peserta didik dengan perilaku akademik seperti keterampilan kognitif, sikap akademis, kehadiran, dan prestasi memberikan pengaruh positif antara kemampuan fisik dengan performa akademik sehingga dapat meningkatkan mutu belajar peserta didik. Kemampuan fisik memiliki dampak positif dalam mempengaruhi perilaku dan kinerja peserta didik sebagai pelajar (Suwandaru & Hidayat, 2021b). Pengaruh yang baik dapat dilihat pada perkembangan kognitif peserta didik dari tahun ke tahun seperti lebih percaya diri, memiliki kondisi mental dan psikis yang baik, mempunyai fokus yang baik, dan daya ingat yang meningkat. Hal ini didapatkan pendidik pada saat proses pembelajaran berlangsung dan hasil performa akademik dapat diperoleh melalui rapor yang didalamnya sudah mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Kemampuan fisik bisa menunjang terhadap berbagai macam pencapaian peserta didik salah satunya adalah pencapaian dalam bidang akademik. Akademik yang baik merupakan hasil yang ingin dicapai oleh peserta didik, faktor kemampuan fisik memiliki peranan dalam hal tersebut. Kemampuan fisik yang baik atau tertata dapat meningkatkan kebugaran jasmani, tingkat kesehatan dan kemampuan berfikir yang baik.

2. Kerangka Berpikir

Pendidikan merupakan aspek fundamental dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas, di mana salah satu indikator keberhasilannya dapat diukur melalui prestasi akademik. Prestasi akademik adalah hasil dari proses pembelajaran yang mencerminkan tingkat penguasaan siswa terhadap materi pelajaran, yang

umumnya diwujudkan dalam bentuk nilai rapor atau hasil ujian. Bagi siswa kelas IX, pencapaian akademik menjadi sangat krusial karena merupakan fase penentu kelulusan dan fondasi untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Keberhasilan pencapaian prestasi akademik seorang siswa tidak terjadi secara kebetulan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Secara umum, faktor-faktor tersebut diklasifikasikan menjadi dua, yaitu faktor eksternal (seperti lingkungan keluarga, kualitas sekolah, dan fasilitas belajar) serta faktor internal (seperti kecerdasan, motivasi, kondisi psikologis, dan kesehatan fisik). Agar proses belajar dapat berlangsung secara optimal, seluruh faktor pendukung ini harus berada dalam kondisi yang ideal. Salah satu faktor internal yang sangat krusial namun seringkali kurang mendapatkan perhatian utama adalah kondisi fisik dan fisiologis siswa, khususnya yang berkaitan dengan pemenuhan nutrisi. Tubuh yang sehat dan bugar merupakan prasyarat utama bagi seorang siswa untuk dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik. Tanpa kondisi fisik yang prima, tingkat konsentrasi dan daya tangkap siswa terhadap materi pelajaran akan menurun secara signifikan.

Kondisi fisik yang ideal ini sangat bergantung pada status gizi siswa. Status gizi merupakan keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk metabolisme biologi. Status gizi yang baik menunjukkan bahwa tubuh mendapatkan asupan makronutrien (karbohidrat, protein, lemak) dan mikronutrien (vitamin dan mineral) yang proporsional sesuai dengan kebutuhan usianya. Secara biologis, asupan gizi yang optimal memiliki korelasi langsung dengan perkembangan dan fungsi kognitif otak. Otak membutuhkan suplai energi yang stabil dari glukosa, serta nutrisi spesifik seperti zat besi, yodium, zinc, dan asam lemak omega-3 untuk pembentukan neurotransmitter dan menjaga konsentrasi. Pemenuhan kebutuhan nutrisi ini memastikan sistem saraf pusat bekerja secara maksimal dalam memproses, menyimpan, dan mengingat informasi yang diterima selama proses belajar. Sebaliknya, siswa dengan status gizi yang kurang baik—baik itu gizi kurang, gizi buruk, maupun gizi lebih (obesitas)—akan menghadapi hambatan biologis dalam belajar. Kekurangan zat besi, misalnya, dapat memicu anemia yang menyebabkan siswa mudah lelah, lesu, dan kesulitan

memusatkan perhatian. Selain itu, gizi yang buruk juga menurunkan sistem kekebalan tubuh, sehingga siswa menjadi lebih rentan terhadap penyakit yang pada akhirnya akan meningkatkan absensi dan membuat mereka tertinggal materi pelajaran.

Kebutuhan akan nutrisi yang optimal menjadi semakin mendesak pada masa remaja, khususnya pada rentang usia siswa kelas IX SMP (sekitar 14-15 tahun). Pada fase ini, remaja mengalami percepatan pertumbuhan (growth spurt) yang menuntut asupan energi dan zat gizi dalam jumlah yang jauh lebih besar dibandingkan fase usia sebelumnya. Ketidakseimbangan nutrisi pada masa kritis ini tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik, tetapi juga berdampak langsung pada ketahanan mental dan kognitif mereka dalam menghadapi tekanan akademik. Dalam konteks spesifik di SMP Islam Al Azhaar Tulungagung pada tahun 2026, siswa kelas IX menghadapi beban akademik yang cukup padat. Sebagai sekolah berbasis Islam, siswa tidak hanya dituntut untuk menguasai mata pelajaran umum yang diujikan secara nasional, tetapi juga harus memahami muatan lokal dan kurikulum keagamaan yang intensif. Beban kognitif ganda ini mutlak membutuhkan ketahanan fisik, stamina, dan tingkat konsentrasi tinggi yang hanya bisa didukung oleh status gizi yang optimal.

Berdasarkan alur tinjauan tersebut, terdapat keterkaitan teoritis yang sangat erat antara variabel independen (status gizi) dengan variabel dependen (prestasi akademik). Siswa dengan status gizi normal dan seimbang diasumsikan memiliki fungsi otak yang lebih baik, sistem imun yang kuat, dan energi yang cukup untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pembelajaran di SMP Islam Al Azhaar secara konsisten. Konsistensi dan kualitas belajar inilah yang pada akhirnya akan terakumulasi menjadi capaian prestasi akademik yang tinggi. Oleh karena itu, kerangka berpikir dalam penelitian ini bermuara pada hipotesis dasar bahwa status gizi bertindak sebagai prediktor penting terhadap keberhasilan belajar. Diasumsikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung tahun 2026, di mana semakin baik status gizi seorang siswa, maka akan semakin baik pula potensi mereka dalam meraih prestasi akademik yang memuaskan.

3. Hipotesis

a. H_a (Hipotesis Alternatif / Hipotesis Kerja)

Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung tahun 2026.

b. H_0 (Hipotesis Nol)

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung tahun 2026

BAB III

METODE PENELITIAN

A. DESAIN PENELITIAN

Jenis penelitian ini termasuk penelitian analitic survey dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu penelitian yang dilakukan pada satu waktu untuk mencari hubungan antara dua variable yaitu, Variabel Bebas dan Variabel Terikat (Abduh et al., 2023) Pada penelitian kali ini objek yang dikaji adalah hubungan status gizi sebagai variable bebas dengan prestasi belajar variable terikat. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMP Islam Al Azhaar Tulungagung. Secara umum penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan program *Nutrisurvey 2005 Indonesian Versions* sebagai alat untuk menghitung status gizi (Effendy, 2017).

B. DEFINISI OPERASIONAL

1. STATUS GIZI

Status Gizi adalah keadaan siswa yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat-zat gizi dan penyerapan zat gizi, serta penggunaan zat gizi yang diukur dengan menggunakan program software *Nutrisurvey* yang mengguakan indikator status gizi sesuai dengan tinggi badan, berat badan, dan usia.

2. PRESTASI BELAJAR

Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai sesuai kemampuan siswa dari proses belajar dalam waktu tertentu yang disajikan dalam bentuk nilai dari hasil tes atau ujian. Indikatornya jika nilai >75 maka dalam kategori baik. Dan jika nilai <75 masuk dalam kategori buruk (Buku Laporan Pendidikan, 2012)

C. Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini ada dua, yaitu status gizi yang merupakan variabel bebas, dan prestasi belajar merupakan variabel terikat, karena terdapat dua variabel, maka instrumen dalam penelitian ini dibagi dalam dua kategori, antara lain (Effendy, 2017) :

1. Instrumen mengukur status gizi

- a. Timbangan berat badan yang sudah lulus uji tera dan diberi tanda tera di balai metrologi Kota Cirebon, mempunyai tingkat ketelitian 0.5 kg. Cara mengukur berat badan yaitu:

- 1). Meletakkan timbangan injak di lantai yang rata
- 2). Sebelum menimbang timbangan injak harus dalam posisi jarum angka 0 (nol).
- 3). Siswa ditimbang dengan melepas sepatu, topi, dan meletakkan barang yang dibawa.
- 4). Posisi siswa berdiri tegak lurus pandangan lurus ke depan dan kedua kaki berada pada timbangan.
- 5). Peneliti membaca angka pada jarum timbangan injak dengan posisi di depan timbangan injak.

- b. Pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer yang mempunyai ketelitian 0.1 cm. Cara mengukur tinggi badan yaitu:

- 1). Menempelkan stadiometer pada dinding yang lurus datar setinggi 2 meter. Angka 0 (nol) berada di lantai yang datar rata.
- 2). Siswa diukur dengan melepaskan sepatu dan penutup kepala
- 3). Siswa berdiri tegak, kaki lurus, tumit, pantat, punggung dan kepala bagian belakang harus menempel pada dinding dan pandangan lurus ke depan.
- 4). Menurunkan stadiometer sampai rapat pada kepala bagian atas, sikusiku harus lurus menempel pada dinding
- 5). Peneliti membaca angka pada skala yang nampak pada lubang gulungan stadiometer. Angka tersebut merupakan tinggi siswa.

Data pengukuran tinggi badan dan berat badan kemudian di olah menggunakan program komputer nutrisurvey yang berfungsi untuk mengetahui indeks masa tubuh (IMT) siswa. Nutrisurvey adalah program untuk menganalisis kandungan zat gizi bahan makanan, menentukan kebutuhan zat gizi berdasarkan umur, jenis kelamin dan aktifitas fisik, dan penentuan status gizi secara individual berdasarkan umur, berat badan, dan tinggi badan.

No	Status Gizi	Laki-laki	Perempuan
1	Kurus	<19,0	<19,0
2	Normal	19,0 – 24,0	19,0 – 24,0
3	Overweight	>24,0	>24,0

Sumber : *Nutrisurvey Indonesian Versions (2005)*

2. Instrumen mengukur prestasi belajar siswa
 - a. Melihat rata-rata nilai ulangan harian siswa-siswi
 - b. Melihat catatan nilai buku laporan siswa pada semester ganjil

Pengumpulan data responden dilakukan dengan cara melihat presensi siswa dan biodata siswa yang didapat dari pihak sekolah

D. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN

Lokasi Penelitian dilakukan di SMP Islam Al Azhaar Tulungagung. Pemilihan lokasi penelitian ini berdasarkan atas pertimbangan lokasi tersebut belum pernah diadakan penelitian yang sejenis sebelumnya. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret s/d April 2026.

E. Populasi dan Sampel

Populasi studi ini ialah Siswa usia 10-12 Thn berjumlah 47. Sampel studi ini berjumlah 47 responden. Pemilihan sampling studi ini yakni purposive sampling. Tahapan awal penelitian dimulai dengan menguraikan tujuan serta alasan terkait studi ke partisipan. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta menandatangani lembar persetujuan sebagai bukti kesediaan secara sukarela. Selanjutnya, peneliti melakukan pengukuran standar yakni berat badan untuk menentukan status gizi masing-masing responden. Data prestasi

belajar didapatkan dari nilai akademik tercantum di rapor partisipan. studi ini mendapat ijin etik No. 1245/KEPK/UDS/VII/2025.

F. Prosedur Penelitian

1

Data pengukuran tinggi badan dan berat badan kemudian di olah menggunakan program komputer nutrisurvey yang berfungsi untuk mengetahui indeks masa tubuh (IMT) siswa. Nutrisurvey adalah program untuk menganalisis kandungan zat gizi bahan makanan, menentukan kebutuhan zat gizi berdasarkan umur, jenis kelamin dan aktifitas fisik, dan penentuan status gizi secara individual berdasarkan umur, berat badan, dan tinggi badan. Instrumen mengukur prestasi belajar siswa. Melihat rata-rata nilai ulangan harian siswa-siswi. Melihat catatan nilai buku laporan siswa pada semester ganjil. Pengumpulan data responden dilakukan dengan cara melihat presensi siswa dan biodata siswa yang didapat dari pihak sekolah.

G. TEKNIK ANALISIS DATA

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif ini digunakan untuk mengetahui frekuensi, persentase, dan rata-rata serta standar deviasi dari keseluruhan data yang diteliti, meliputi nilai status gizi dan tingkat prestasi belajar siswa.

2. Analisis Statistik

Analisis dapat dilakukan dengan menggunakan program SPSS yang meliputi variabel-variabel. Sedangkan untuk menghitung uji normalitas data dalam penelitian ini dilakukan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov* dan diperoleh data normal sehingga uji statistik yang digunakan selanjutnya adalah uji korelasi *Pearson Product Moment*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini terdiri atas dua variabel, yaitu status gizi siswa dan prestasi belajar siswa. Status gizi merupakan variabel bebas, sedangkan prestasi belajar siswa adalah variabel terikat. Hasil penelitian dari masing-masing variabel akan dideskripsikan sebagai berikut:

1. Status Gizi

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh statistik untuk data status gizi, yaitu: skor minimum sebesar 14,70; skor maksimum sebesar 30,40; rerata (mean) sebesar 19,33; median sebesar 18,95; modus sebesar 17,50; dan standart deviasi sebesar 2,84. Deskripsi hasil penelitian Tingkat sttus gizi disajikan pada tabel dibawah ini:

Status Gizi	Kategori IMT	Frekuensi	Frekuensi
<19,0	Kurus	50	50,00%
19,0 – 24,0	Normal	43	43,14%
>24,0	Overweight	7	6,86%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan hasil perhitungan diatas status gizi siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung yang berkategori kurus sebanyak 50 anak (50%), kemudian kategori normal sebanyak 43 anak (43,14%), dan yang berkategori overweight sebanyak 7 anak (6,86%).

2. Prestasi Belajar

Berdasarkan hasil perhitungan statistik untuk data prestasi belajar, yaitu skor minimum sebesar 65,20, skor maksimum sebesar 84,20 rerata (mean) sebesar 76,21, median sebesar 76,70, modus sebesar 78,40 dan

standart deviasi sebesar 4,191. Deskripsi hasil penelitian Tingkat prestasi belajar disajikan pada tabel dibawah ini :

Interval	Kategori	Frekuensi	Frekuensi
<75	Buruk	37	37,25%
> = 75	Baik	63	62,75%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan hasil perhitungan diatas hasil prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung yang berkategori buruk sebanyak 37 anak (37,25%), dan yang berkategori baik sebanyak 63 anak (62,75%).

3. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program SPSS 18.0. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika $p > 0,05$ (5 %) sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0,05$ (5 %) sebaran dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Variabel	p	Sig 5 %	Keterangan
Status gizi (X)	0,137	0,05	normal
Prestasi belajar (y)	0,570	0,05	normal

Dari hasil di atas data status gizi diperoleh nilai probabilitas sebesar $0,137 > 0,05$ disimpulkan data status gizi berdistribusi normal, dan data 70 prestasi belajar diperoleh nilai probabilitas sebesar $0,570 > 0,05$ disimpulkan data prestasi belajar berdistribusi normal.

4. Uji Linieritas

Tujuan uji linearitas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat linear atau tidak. Kriteria pengujian linearitas yang digunakan adalah jika harga p (probabilitas) $> 0,05$ (sig 5 %) maka

hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linear. Namun apabila nilai p (probabilitas) $< 0,05$ (sig 5 %) maka hubungan variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan tidak linear. Berdasarkan perhitungan statistik uji linearitas didapatkan nilai probabilitas (p) sebesar 0,219. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan variabel status gizi (X) dengan prestasi belajar (Y) sebesar $p\ 0,219 > 0,05$ berarti hubungan antara variabel status gizi dan prestasi belajar adalah linear.

5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS 18.0. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel yaitu jika $r\ \text{hitung} > r\ \text{tabel}$ (0,195) maka dinyatakan ada hubungan antara dua variabel terkait, namun sebaliknya jika $r\ \text{hitung} < r\ \text{tabel}$ (0,195) maka dua variabel tersebut dinyatakan tidak ada hubungan. Hasil dari uji korelasi akan disajikan pada tabel 9 dibawah ini:

Variabel	N	r Tabel	Koefisien korelasi (r_{xy})	Koefisien sig (r^2)
Status gizi - prestasi belajar	102	0,195	0,125	0,211

Dari hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar (r_{xy}) sebesar $0,125 > r\ \text{tabel}$ (0,195). Dengan demikian, H_0 diterima dan H_1 ditolak, sehingga tidak ada hubungan yang kuat antara tingkat status gizi dan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung. Namun dari hasil uji signifikansi menunjukan bahwa nilai $0,211 > 0,195$. Jadi hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi tidak memiliki hubungan yang kuat dengan prestasi belajar, walaupun status gizi siswa baik belum tentu bisa mendapat prestasi belajar yang baik

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa siswa yang memiliki status gizi kurang (kurus) sebanyak 50 siswa (50%), siswa yang memiliki status gizi baik sebanyak 43 (43,14%), serta siswa yang memiliki status gizi lebih (overweight) sebanyak 7 siswa (6,86%). Data prestasi belajar didapat hasil bahwa siswa dengan nilai rata-rata rapor kategori baik sebanyak 63 siswa (62,75%), dan siswa dengan nilai rata-rata rapor rendah yaitu sebanyak 37 siswa (37,25%). Hasil uji normalitas data menggunakan uji kolmogorov-smirnov 72 didapat hasil bahwa nilai p status gizi adalah $0,137 > 0,05$ artinya data status gizi pada penelitian ini normal, sementara itu nilai p prestasi belajar adalah $0,517 > 0,05$ yang menunjukkan bahwa data hasil prestasi belajar adalah normal. Dalam uji linearitas hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel status gizi dan variabel prestasi belajar hal ini ditunjukkan dengan nilai probabilitas dari kedua variabel menunjukkan angka $0,218 > 0,05$ yang artinya terdapat hubungan yang linear antar dua variabel. Uji korelasi pada penelitian ini menggunakan uji korelasi pearson product moment menunjukkan nilai r hitung sebesar $0,125 < r \text{ tabel } (0,195)$ yang berarti bahwa tidak ada korelasi/hubungan yang berarti antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung. Diduga bahwa masalah gizi pada siswa siswi di sini masih tergolong pada tahap ringan sehingga tidak terlalu mengganggu kemampuan belajarnya. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa status gizi kurang tidak termasuk sebagai salah satu faktor penentu hasil belajar, jadi siswa yang mempunyai status gizi baik belum tentu mendapatkan prestasi belajar yang baik. Prestasi menunjukan kepada tingkat keberhasilan yang telah dicapai dari hasil evaluasi selama mengikuti pendidikan. Dalam belajar prestasi menunjukan kepada tingkat keberhasilan oleh siswa dalam usaha yang diselenggarakan oleh penyelenggara terutama guru (Umar et al., 2018). Status gizi merupakan determinan utama dalam pertumbuhan otak, yang berarti bahwa status gizi memiliki peranan penting dalam membentuk kecerdasan. Kekurangan atau kelebihan zat-zat esensi gizi bisa mempengaruhi terjadinya learning disabilities

1 (gangguan belajar) yang dapat berpengaruh langsung terhadap kesuksesan prestasi belajar. Namun, jika dilihat dari hasil penelitian ini status gizi tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Dalam penelitian ini ada faktor lain yang lebih kuat sebagai penentu kesuksesan prestasi belajar siswa, menurut (Nurmalina, 2019) mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi proses dan hasil belajar peserta didik di sekolah, secara garis besar dapat dibagi kepada tiga bagian, yaitu faktor internal (faktor dari dalam diri peserta didik), yakni keadaan/kondisi jasmani atau rohani peserta didik, yang termasuk faktor-faktor internal tersebut antara lain faktor fisiologis, keadaan fisik yang sehat dan segar serta kuat akan menguntungkan dan memberikan hasil belajar yang baik. Tetapi keadaan fisik yang kurang baik akan berpengaruh pada siswa dalam keadaan belajarnya. Faktor psikologis yang termasuk dalam faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi belajar adalah antara lain: 1) Perhatian; perhatian yang terarah dengan baik akan menghasilkan pemahaman dan kemampuan yang mantap. 2) Minat; kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. 3) Motivasi; merupakan keadaan internal organisme yang mendorongnya untuk berbuat sesuatu. 4) Bakat; kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang. Faktor eksternal (faktor dari luar peserta didik), yakni kondisi lingkungan sekitar peserta didik. Adapun yang termasuk faktor-faktor ini antara lain: a. Faktor sosial, yang terdiri dari: lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat b. Faktor non sosial, yang meliputi keadaan dan letak gedung sekolah, keadaan dan letak rumah tempat tinggal keluarga, alat-alat dan sumber belajar, keadaan cuaca dan waktu belajar yang digunakan siswa. Faktor-faktor tersebut dipandang turut menentukan tingkat keberhasilan belajar peserta didik di sekolah. 3. Faktor pendekatan belajar (approach to learning), yakni jenis upaya belajar peserta didik yang meliputi strategi dan metode yang digunakan peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Jadi, dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik status gizi siswa belum tentu bisa mendapatkan nilai tinggi dalam hal prestasi belajar, begitu juga sebaliknya, semakin buruk status gizi siswa belum

tentu mendapat nilai rendah. Artinya, status gizi tidak menjadi faktor penentu dalam keberhasilan siswa mendapat hasil prestasi belajar yang baik, dengan usia siswa yang memasuki tingkat remaja, diduga ada banyak faktor-faktor selain status gizi yang lebih kuat mempengaruhi prestasi belajar siswa seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya.

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan analisis data didapatkan hasil bahwa nilai r $0,125 < r$ tabel $(0,195)$, dengan hasil ini dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang kuat antara tingkat status gizi dan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung. Hal ini diduga karena masalah status gizi pada siswa-siswi di sekolah ini masih termasuk dalam tahap ringan sehingga tidak terlalu mempengaruhi proses belajar dan tingkat prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung

B. IMPLIKASI

Berdasarkan kesimpulan di atas, implikasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Dalam penelitian hubungan tingkat status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Islam Al Azhaar Tulungagung ini, tidak terjadi hubungan yang positif antara status gizi dan prestasi belajar. Dengan demikian, status gizi tidak dapat ditetapkan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa dan menjadi referensi untuk guru dan orang tua agar selalu memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat meningkatkan prestasi belajar siswa tanpa mengesampingkan tingkat status gizi. Adanya kemungkinan adanya faktor-faktor lain yang lebih mempengaruhi tingkat prestasi belajar, seperti faktor psikologi (minat, bakat, motivasi), faktor sosial dan non sosial, serta faktor pendekatan belajar, dll. Sehingga menyebabkan tingkat status gizi tidak berpengaruh pada tingkat prestasi belajar dalam penelitian ini.

C. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut. Siswa yang masih mempunyai status gizi yang kurang, hendaknya berusaha meningkatkan status gizinya dengan melaksanakan pola makan sehat dan istirahat secara teratur agar tercipta kondisi badan yang sehat dan tahan terhadap penyakit. Guru SMP Islam Al Azhaar Tulungagung dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan kajian untuk memberikan

wawasan tentang ilmu gizi mengingat masih banyak siswa-siswi yang berstatus gizi tidak normal. Para peneliti yang lain, dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel yang lain, sehingga variabel yang memengaruhi prestasi belajar dapat teridentifikasi lebih banyak lagi