

**HUBUNGAN IMT TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA
SEKOLAH DASAR NEGERI DI KECAMATAN WAY LIMA
KABUPATEN PESAWARAN**

Skripsi

**Oleh
SURYA DARMA HAKIKI
2213051095**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

ABSTRAK

HUBUNGAN IMT TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI DI KECAMATAN WAY LIMA KABUPATEN PESAWARAN

Oleh

SURYA DARMA HAKIKI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan IMT terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 44 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran IMT menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) serta prestasi belajar dengan menggunakan Seluruh mata pelajaran pada rapor siswa. Analisis data dilakukan menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tingkat IMT siswa berada pada kategori baik, dengan jumlah 35 siswa (79,5%). (2) Tingkat prestasi belajar siswa juga berada pada kategori baik, dengan jumlah 29 siswa (65,9%). (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan prestasi belajar siswa dengan nilai signifikansi sebesar $0,041 < 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa IMT memiliki hubungan terhadap prestasi belajar siswa. Oleh karena itu, pemenuhan gizi yang baik perlu diperhatikan sebagai salah satu faktor yang dapat mendukung peningkatan prestasi belajar siswa.

Kata Kunci: hubungan, IMT, prestasi belajar

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) STATUS AND STUDENT ACHIEVEMENT AT PUBLIC ELEMENTARY SCHOOLS IN WAY LIMA DISTRICT, PESAWARAN REGENCY

By

SURYA DARMA HAKIKI

This study aims to determine the relationship between BMI and student learning achievement at Public Elementary Schools in Way Lima District, Pesawaran Regency. This study was conducted using a quantitative method with a descriptive correlational approach. The sample in this study was 44 students. Data collection techniques were carried out through measuring BMI using the Body Mass Index according to Age (BMI/U) and learning achievement using all subjects on the student report card. Data analysis was carried out using the Shapiro-Wilk normality test and the Pearson Product Moment correlation test with the help of the SPSS program. The results of the study showed that (1) the level of student BMI was in the good category, with a total of 35 students (79.5%). (2) The level of student learning achievement was also in the good category, with a total of 29 students (65.9%). (3) There was a significant relationship between BMI and student learning achievement with a significance value of $0.041 < 0.05$. Based on these results, it can be concluded that BMI has a relationship with student learning achievement. Therefore, the fulfillment of good nutrition needs to be considered as one of the factors that can support the improvement of student learning achievement.

Keywords: *relationship, nutritional status, learning achievement*

**HUBUNGAN IMT TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA
SEKOLAH DASAR NEGERI DI KECAMATAN WAY LIMA
KABUPATEN PESAWARAN**

Oleh

SURYA DARMA HAKIKI

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung
Program Studi Pendidikan Jasmani**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

Judul Skripsi

**HUBUNGAN IMT TERHADAP PRESTASI
BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR
NEGERI DI KECAMATAN WAY LIMA
KABUPATEN PESAWARAN**

Nama

Surya Darma Hakiki

Nomor Pokok Mahasiswa

: 2213051095

Program Studi

: Pendidikan Jasmani

Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2

Joan Siswoyo, M.Pd.

NIP 19880129 201903 1 009

Alifia Ramadhina Putri, S.Pd., M.Or

NIP 19990109 202406 2 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.

NIP 19741220 200912 1 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: **Joan Siswoyo, M. Pd**

Sekretaris

: **Alifia Ramadhina Putri, S.Pd., M.Or.**

Penguji

: **Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.**

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd

NIP. 19870504 201404 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Mei 2026

SURAT PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Surya Darma Hakiki
NPM : 2213051095
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, rumusan, dan pelaksanaan penelitian atau implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik;
2. Pada karya tulis terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka;
3. Saya menyerahkan hak milik saya atas karya tulis ini kepada Universitas Lampung, dan oleh karenanya Universitas Lampung berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan norma hukum.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar lampung, 25 Mei 2026

Yang membuat pernyataan



Surya Darma Hakiki
NPM 2213051095

RIWAYAT HIDUP



Penulis skripsi ini bernama lengkap Surya Darma Hakiki, lahir di Gedong Tataan pada 18 Maret 2005. Penulis merupakan putra pertama dari dua bersaudara, putra dari pasangan Bapak Sobri Hakiki dan Ibu Sadiyah. Riwayat pendidikan penulis dimulai dari Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Tanjung Agung yang diselesaikan pada tahun 2016. Sekolah Menengah Pertama di MTS Negeri 2 Pesawaran yang diselesaikan pada tahun 2019. Kemudian penulis melanjutkan Pendidikan formal ke jenjang sekolah menengah atas di SMA Negeri 1 Gading Rejo yang diselesaikan pada tahun 2022.

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN) pada tahun 2022. Selama menjadi mahasiswa, penulis pernah mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Taekwondo Universitas Lampung pada tahun 2022, menjadi presidium HIMAJIP Pada tahun 2023-2024 dan Anggota DPM Komisi 1 pada tahun 2024-2025. Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Daya Asri, Kecamatan Tumijajar, Kabupaten Tulang Bawang Barat dan juga melaksanakan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SD Negeri 10 Tumijajar Kabupaten Tulang Bawang Barat.

MOTTO

“Segala sesuatu di baca dengan bismillah dan di akhiri allhamdulillah”

(Surya Darma Hakiki)

“Bagaimana mimpi bisa terwujud jika hidup tidak pernah bersujud”

(Surya Darma Hakiki)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahanirrahim .

Puji syukur kehadiran Allah Swt.skripsi ini kupersembahkan kepada kedua orang tuaku tercinta yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi, serta doanya.

Bapak SOBRI HAKIKI & Ibu SADIAH

Teman-teman Pendidikan Jasmani Angkatan 2022

Serta

Almamter tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur kehadiran Allah Swt. yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan IMT Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran ”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani di Universitas Lampung.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini, penulis banyak menerima masukan, arahan, bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak sehingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sehubungan dengan hal itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut yang telah memberikan motivasi dan bimbingan yang bermanfaat dari awal pelaksanaan sampai terselesaikannya skripsi ini.

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani D.E.A.IPM., selaku Rektor Universitas Lampung;
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan;
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag.,M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung;
4. Bapak Joan Siswoyo, M. Pd. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Jasmani Universitas Lampung sekaligus pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, pengetahuan, nasihat, dan motivasi kepada penulis dengan penuh kesabaran selama proses penyelesaian skripsi ini;

5. Ibu Alifia Ramadhina Putri, S.Pd., M.Or. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, pengetahuan, nasihat, dan motivasi yang sangat bermanfaat dan berharga bagi penulis;
6. Bapak Dr. Candra Kurniawan, S. Pd., M. Or. selaku pembimbing akademik sekaligus dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, pengetahuan, motivasi dan nasihat yang sangat membangun dan bermanfaat bagi penulis;
7. Bapak dan Ibu dosen serta staf administrasi Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Lampung yang telah mendidik, memberikan berbagai ragam bekal ilmu pengetahuan, motivasi, kritik, dan saran yang sangat bermanfaat dan berharga bagi penulis.
8. Bapak dan Ibu guru SD Negeri 22 Way Lima, SD Negeri 1 Way Lima, dan SD Negeri 24 Way Lima yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis selama proses pelaksanaan penelitian berlangsung.
9. Kepada saudara saya Rasya Islami Hakiki, Nenek Masnawati, serta keluarga besar, penulis mengucapkan terima kasih atas doa, dukungan, dan kasih sayang yang selalu diberikan. Kehadiran dan doa kalian menjadi kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan perkuliahan dan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan selama perkuliahan, Arif Hardiansyah, Candri Walesa, Dandi Marka Selga, M. Rayfansyah Efendi, Pajri Nur Iskandar, M Dai Hakiki, dan M. Ridwan yang selalu membuat perjalanan perkuliahan lebih menyenangkan dan penuh kenangan.
11. Terima kasih kepada Nadia Agustina yang telah membantu dalam perjalanan perkuliahan penulis. Terima kasih telah memberikan waktu, dukungan, doa dan *support* dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.
12. Sahabat HMI yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, serta kebersamaan yang tidak terlupakan selama masa perkuliahan. Terima kasih atas setiap cerita, pengalaman, dan pembelajaran berharga yang telah dilalui bersama.
13. Teman-teman KKN PLP Desa Daya Asri, terima kasih atas kebersamaannya, dukungan, semangat dan doa-doa terbaik.
14. Teman-teman seperjuangan S1 Pendidikan Jasmani 2022, terima kasih atas bantuan, kerja sama, dan kebersamaannya selama ini.

15. Serta semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah Swt. Membalas semua budi baik pihak yang telah membantu penulis. Penulis juga mohon maaf apabila terdapat kata yang salah, kekurangan, dan kekhilafan dalam penulisan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, terutama bagi kemajuan pendidikan, khususnya Pendidikan Jasmani. Aamiin.

Bandar Lampung, 25 Mei 2026
Penulis

Surya Darma Hakiki
NPM 2213051095

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I. PENDAHULUAN	2
1. 1 Latar Belakang	2
1. 2 Identifikasi masalah.....	6
1. 3 Batasan Masalah.....	7
1. 4 Rumusan Masalah	7
1. 5 Tujuan Penelitian.....	7
1. 6 Manfaat Penellitian.....	8
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2. 1 Status Gizi	9
2. 1. 1 Klasifikasi Status Gizi	10
2. 1. 2 Faktor yang Mempengaruhi IMT	11
2. 1. 3 Pengukuran IMT	13
2. 1. 4 Indeks Massa Tubuh	15
2. 1. 5 Indikator IMT	17
2. 2 Pengertian Prestasi Belajar	18
2. 2. 1 Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Belajar.....	19
2. 2. 2 Perkembangan Anak Sekolah Dasar.....	21
2. 2. 3 Klasifikasi Prestasi Belajar Siswa	25
2. 2. 4 Indikator Prestasi Belajar Siswa	26
2. 2. 5 Hubungan IMT dengan Prestasi Belajar	27
2. 3 Penelitian Relevan	28
2. 4 Kerangka Berpikir	31
2. 5 Hipotesis Penelitian	32
III. METODE PENELITIAN.....	34
3. 1. Metode Penelitian.....	34
3. 2. Pelaksanaan Penelitian	35
3. 3. Populasi dan Sampel Penelitian	35
3. 4. Variabel Penelitian	37

3. 5. Definisi Operasional.....	37
3. 6. Desain Penelitian.....	38
3. 7. Instrumen Penelitian.....	39
3. 8. Teknik Pengumpulan Data	39
3. 9. Teknik Analisis Data	42
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
4.1 Hasil Penelitian.....	45
4.2 Pembahasan	51
V. KESIMPULAN	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kategori IMT Berdasarkan IMT/U Anak Umur 5-18 Tahun o.....	15
2. Acuan Kategori IMT	16
3. Klasifikasi Prestasi Belajar.	25
4. Indikator Prestasi Belajar Peserta Didik	26
5. Teknik Pengambilan Sampel.....	36
6. Klasifikasi Prestasi Belajar Siswa.....	38
7. Klasifikasi kriteria IMT.....	41
8. Acuan Kriteria IMT.....	41
9. Interpretasi nilai korelasi.....	44
10. IMT SD N 22 Way Lima	45
11. IMT SD N 1 Way Lima	46
12. IMT SD N 24 Way Lima	46
13. Rekapitulasi IMT Siswa.....	47
14. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar (Nilai) Siswa	48
15. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar (Nilai) Siswa	48
16. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar (Nilai) Siswa	49
17. Rekapitulasi Prestasi Belajar Siswa	50
18. Hasil Uji Normalitas	50
19. Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	32
2. Desain Penelitian.....	38
3. Frekuensi IMT.....	47
4. Frekuensi Prestasi Belajar	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian SD N 22 Way Lima.....	66
2. Surat Izin Penelitian SD N 1 Way Lima.....	67
3. Surat Izin Penelitian SD N 24 Way Lima.....	68
4. Surat Balasan SD N 22 Way Lima.....	69
5. Surat Balasan SD N 1 Way Lima.....	70
6. Surat Balasan SD N 24 Way Lima.....	71
7. Rekapitulasi Data Siswa SD N 22 Way Lima.....	72
8. Rekapitulasi Data Siswa SD N 1 Way Lima.....	73
9. Rekapitulasi Data Siswa SD N 24 Way Lima	74
10. Nilai Rata-rata SD N 22 Way Lima.....	75
11. Nilai Rata-rata SD N 1 Way Lima.....	76
12. Nilai Rata-rata SD N 24 Way Lima.....	77
13. Nilai Rapor.....	78
14. Hasil Uji Distribusi Frekuensi SD N 22 Way Lima.....	80
15. Hasil Uji Distribusi Frekuensi SD N 1 Way Lima.....	81
16. Hasil Uji Distribusi Frekuensi SD N 24 Way Lima.....	82
17. Hasil Uji Normalitas.....	83
18. Hasil Uji Korelasi.....	84
19. Dokumentasi Kegiatan.....	85

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan suatu bangsa sangat dipengaruhi oleh kualitas sumber daya manusia, yang mencakup kesehatan yang baik, kecerdasan yang tinggi, stamina fisik, dan pencapaian yang memuaskan. Asupan gizi yang baik menghasilkan individu yang sehat, cerdas, kuat secara fisik, dan produktif (Gole, 2024). Pentingnya gizi yang baik dimulai sejak usia dini, khususnya pada tingkat pendidikan dasar, untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. IMT yang baik berkorelasi positif dengan prestasi akademik siswa (Momongan *et al.*, 2016). Kondisi kekurangan gizi dapat berdampak negatif pada konsentrasi, daya ingat, dan energi yang dibutuhkan untuk belajar (Tanjung & Namora, 2022).

Peningkatan kualitas sumber daya manusia sejak dini menjadi salah satu prioritas utama dalam pembangunan bangsa. Sekolah dasar berperan strategis dalam membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan berkarakter. Pada tahap ini, anak-anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, sehingga memerlukan dukungan gizi yang optimal untuk menunjang aktivitas belajar dan perkembangan kognitif. Kekurangan gizi pada usia sekolah dapat berdampak terhadap gangguan konsentrasi, kelelahan, dan penurunan kemampuan akademik (Rachmawati, 2021). Selain itu, kecukupan gizi pada anak usia sekolah terbukti berpengaruh terhadap kemampuan kognitif, daya ingat, serta hasil belajar (Putri, 2020). Oleh karena itu, perhatian terhadap asupan gizi anak usia sekolah perlu menjadi bagian penting dalam upaya peningkatan mutu pendidikan secara menyeluruh (Nugraha *et al.*, 2023).

Gizi merupakan aspek fundamental yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama dalam menunjang fungsi kognitif dan kemampuan berpikir yang optimal. Gizi salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya manusia (SDM). Upaya peningkatan SDM yang berkualitas dimulai dengan cara penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi dan perawatan yang baik. Pemberian gizi yang kurang baik terutama terhadap anak dan remaja, akan menurunkan potensi sumber daya pembangunan masyarakat (Cahyanto *et al.*, 2021). Kekurangan gizi, baik dalam jangka pendek maupun panjang, dapat menurunkan potensi pembangunan manusia, karena anak yang tumbuh dengan gizi kurang memiliki risiko penurunan kemampuan berpikir dan belajar.

IMT sangat terkait dengan asupan nutrisi pada anak. Berat badan dan tinggi badan anak merupakan komponen utama dalam mengukur IMT. Kelompok usia sekolah termasuk golongan penduduk berada pada masa pertumbuhan yang cepat dan aktif. Dalam kondisi ini, anak harus mendapatkan masukan gizi dalam kuantitas dan kualitas yang cukup. IMT anak sebagai cerminan kecukupan gizi, merupakan salah satu tolak ukur yang penting untuk menilai keadaan pertumbuhan dan status kesehatannya. Pada usia remaja anak lebih banyak aktifitasnya, baik di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak (Rostikawaty, 2025).

Penelitian oleh Masilela & Modjadji (2023) menunjukkan bahwa anak-anak yang memiliki pola makan seimbang, yang meliputi protein, karbohidrat, lemak, baik vitamin dan mineral, cenderung mendapatkan hasil belajar yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang kekurangan gizi. Selain itu, kecukupan gizi juga membantu perkembangan fisik dan motorik, yang memfasilitasi partisipasi aktif dalam kegiatan olahraga (Alamnia *et al.*, 2023). Anak-anak dengan gizi yang buruk, seperti kekurangan zat besi atau mikronutrien lainnya, sering mengalami masalah dalam berpikir dan

kekurangan energi untuk ikut dalam kegiatan fisik maupun prestasi belajar siswa (Sharma *et al.*, 2023).

Selain itu, pola hidup modern yang cenderung instan juga menjadi salah satu penyebab munculnya masalah gizi di kalangan anak usia sekolah. Banyak anak yang terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji dengan kadar lemak dan gula tinggi tetapi rendah nutrisi. Kebiasaan ini menyebabkan ketidakseimbangan gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan zat gizi, kondisi ini dapat menimbulkan dua masalah gizi sekaligus, yaitu *undernutrition* (kekurangan gizi) dan *overnutrition* (kelebihan gizi), yang keduanya dapat berdampak buruk terhadap kesehatan dan prestasi belajar siswa.

Aktivitas fisik yang tinggi pada anak usia sekolah, kebiasaan makan yang tidak teratur, dan kurangnya perhatian terhadap komponen gizi dapat mempengaruhi kekurangan gizi. Prestasi belajar di sekolah sangat dipengaruhi oleh kemampuan umum, yang diukur dengan IQ (kecerdasan intelektual). IQ yang tinggi dapat memprediksi keberhasilan dalam pencapaian akademik. Namun, dalam beberapa kasus, IQ yang tinggi tidak menjamin keberhasilan dalam belajar. Oleh karena itu, IQ bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan akademik seseorang (Deevona *et al.*, 2023). Selain itu juga diharapkan bahwa dengan IMT yang baik akan meningkatkan prestasi hasil belajar siswa.

Prestasi belajar dapat dilihat dari tujuannya yaitu mengungkap keberhasilan seseorang dalam belajar. Prestasi belajar merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar, karena kegiatan belajar merupakan proses, sedangkan prestasi belajar merupakan hasil dari proses belajar. Prestasi belajar anak sekolah dapat diketahui setelah diadakannya evaluasi. Hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa (Ikma, 2013). Prestasi belajar juga mencerminkan sejauh

mana mampu memahami, menguasai, dan menerapkan pengetahuan yang telah dipelajari di sekolah.

Kualitas pendidikan berpengaruh besar terhadap hasil belajar siswa. Hubungan antara siswa, guru, dan lingkungan belajar memainkan peranan yang sangat penting dalam menentukan pencapaian belajar yang baik (Gole, 2024). Aktivitas pembelajaran dalam pendidikan jasmani di sekolah juga dapat dipengaruhi oleh latihan fisik dan fungsi kognitif. Sekolah dapat memprediksi perilaku seseorang di masa depan, termasuk kesehatannya (Coimbra *et al.*, 2021; Lavelle *et al.*, 2020; Tariku *et al.*, 2019). Menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya berperan dalam membentuk kemampuan akademik, tetapi juga berkontribusi terhadap perilaku hidup sehat siswa. Oleh karena itu, keberhasilan dalam bidang pendidikan jasmani dapat menjadi cermin dari kondisi kesehatan dan IMT. Dengan kata lain, kualitas pendidikan jasmani yang baik tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik dan kognitif, tetapi juga berpotensi memperbaiki IMT serta mendukung perkembangan fisik dan mental siswa secara menyeluruh. Dengan demikian, keterkaitan antara pendidikan jasmani, IMT, dan prestasi belajar menjadi aspek yang saling memengaruhi.

Dengan demikian peningkatan dari hasil belajar pendidikan jasmani diharapkan dapat diaplikasikan secara positif ke dalam kemampuan belajar kognitif. Hal ini diharapkan tercermin dari meningkatnya hasil prestasi belajar siswa. Melalui pendidikan jasmani dan olahraga siswa dapat lebih mudah menguasai konsep-konsep dan keterampilan lainnya, sehingga dapat mengaplikasikan keterampilan hasil belajar pendidikan jasmani ke bidang studi lainnya. (Supariyadi *et al.*, 2015) menjelaskan bahwa hasil belajar pendidikan jasmani tidak hanya mencakup aspek keterampilan gerak, tetapi juga pemahaman konsep dan sikap positif terhadap gaya hidup sehat. Oleh karena itu, siswa dengan IMT baik diharapkan memiliki performa akademik dan non-akademik yang lebih optimal.

Penelitian mengenai hubungan IMT terhadap prestasi belajar siswa telah banyak dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Asmare *et al.*, (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan prestasi akademik pada siswa sekolah dasar. Anak yang memiliki IMT normal cenderung menunjukkan hasil belajar yang lebih baik dibandingkan anak dengan IMT kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gizi yang baik berperan penting dalam menunjang kemampuan kognitif dan prestasi akademik siswa. Fikriyana *et al.*, (2024) pada SD Cikiwul menemukan bahwa IMT berhubungan signifikan dengan prestasi belajar siswa kelas 2-6, dengan $p=0,031$. Siswa dengan IMT baik cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang memiliki gizi kurang. Kedua penelitian tersebut memperlihatkan bahwa IMT memberikan pengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Namun, penelitian sebelumnya masih terbatas yang mempertimbangkan faktor konteksutual seperti kebiasaan makan, aktivitas fisik, dan dukungan lingkungan belajar dalam hubungan antara IMT dan prestasi belajar. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan mengkaji hubungan IMT terhadap prestasi belajar siswa kelas V dan VI SD Negeri 22 Way Lima Kabupaten Pesawaran.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian sebelumnya, terlihat bahwa IMT memiliki pengaruh besar terhadap prestasi belajar siswa. Namun, fenomena dilapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa belum menerapkan pola makan bergizi seimbang sesuai ajaran. Berdasarkan hasil observasi peneliti di SD Negeri 22 Way Lima Kabupaten Pesawaran, ditemukan masih banyak siswa yang kurang memperhatikan asupan makanan bergizi seimbang, seperti jarang sarapan atau lebih sering mengonsumsi jajanan rendah nutrisi. Penulis mengidentifikasi penyebab rendahnya IMT pada sebagian siswa adalah kebiasaan makan yang tidak teratur, kurangnya variasi makanan bergizi, dan minimnya pemahaman orang tua tentang pentingnya gizi anak usia sekolah. Di samping itu, munculnya gaya hidup mendorong pada peningkatan konsumsi makanan cepat saji yang tinggi

kalori namun rendah nutrisi. Kebiasaan ini menyebabkan munculnya masalah gizi, baik kurang gizi maupun lebih gizi, yang dapat berdampak negatif bagi kesehatan dan proses belajar peserta didik. IMT yang tidak optimal dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, cepat lelah, rentan terserang penyakit, hingga berdampak negatif pada prestasi akademik. Sebaliknya, IMT yang baik akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi perkembangan otak, konsentrasi, dan daya tahan tubuh anak. Kurangnya pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga IMT yang baik, padahal IMT yang optimal akan berdampak positif pada kemampuan belajar di sekolah.

Berdasarkan latar belakang, penelitian ini penting untuk dilakukan untuk memberikan gambaran empiris mengenai hubungan antara IMT dan prestasi belajar siswa. Penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan IMT Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran”. Dengan harapan dapat meningkatkan IMT dalam upaya belajar siswa sehingga dapat melaksanakan tugas-tugasnya sebagai seorang pelajar secara optimal untuk mendapatkan hasil yang baik.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih rendahnya kesadaran tentang makan bergizi pada siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.
2. Siswa/I Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran cepat merasa kelelahan saat melaksanakan Pembelajaran.
3. Siswa/I pada zaman sekarang kurang mengkonsumsi makanan bergizi.
4. Rendahnya pengetahuan tentang mengkonsumsi makanan bergizi.
5. Kurang menjaga pola makan sehat.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini di batasi pada 3 Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran, yang meliputi pengukuran IMT dan prestasi belajar dalam periode tertentu, serta tidak membahas faktor lain di luar kedua variable tersebut.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka terdapat beberapa rumusan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana IMT siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran?
2. Bagaimana tingkat prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara IMT terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dituliskan diatas, maka tujuan yang terdapat dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Mengetahui IMT siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.
2. Mengetahui tingkat prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.
3. Mengetahui hubungan antara IMT terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.

1. 6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari peneliti ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat untuk siswa

Dapat peningkatan gizi dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa jadi lebih sadar pentingnya menjaga gizi supaya prestasi belajar meningkat. Kesehatan dan prestasi seimbang gizi yang cukup dapat mempengaruhi kesehatan jadi lebih baik dan fokus pada saat dalam pelajaran.

2. Manfaat untuk Guru

Meningkatkan kualitas pembelajaran dengan kondisi kesehatan dan gizi yang baik, proses belajar menjadi efektif dan produktif. Jadi bahan evaluasi guru menggunakan penelitian ini apakah sudah optimal dalam mendukung peroses pembelajaran.

3. Manfaat untuk Penelitian

Berkontribusi dalam perbaikan kebijakan data dan temuan dari penelitian ini bias di pakai sebagai dasar buat rekomendasi kebijakan gizi dan pendidikan di daerah setempat tersebut. Penelitian ilmiah ini bisa nambah ilmu dan data yang valid tentang hubungan gizi dan prestasi belajar di dunia pendidikan dasar.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Status Gizi

Status gizi mengacu pada kondisi tubuh yang dihasilkan dari mengkonsumsi makanan dan penggunaan zat gizi. Zat gizi berfungsi sebagai sumber energi yang dibutuhkan oleh organisme dan berperan dalam pengaturan proses tubuh, pertumbuhan, serta pemeliharaan jaringan tubuh (Dewi, 2024). Pada anak-anak, penilaian status gizi dapat dilakukan melalui pengukuran antropometri yang meliputi umur, berat badan (BB), dan tinggi badan (TB).

Status gizi adalah sebuah kondisi yang ditentukan oleh tingkat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang didapatkan dari asupan makanan dengan dampak fisik yang diukur. IMT selain dipengaruhi oleh faktor status kesehatan, pengetahuan, ekonomi, lingkungan, dan budaya juga dapat dipengaruhi oleh pola konsumsi energi dan protein (Kamah, 2020). Status gizi adalah hasil akhir dari keseimbangan antara zat gizi yang diperoleh dan yang digunakan oleh tubuh. Jika makanan yang cukup dikonsumsi dan zat gizi dipakai dengan baik, maka nutrisi yang sangat optimal dapat tercapai. Hal ini penting untuk mendukung perkembangan fisik dan mental, kemampuan bekerja, serta kesehatan secara menyeluruh (Cahyanto *et al.*, 2021).

Dalam memahami konsep status gizi diperlukan pula pemahaman terkait konsep lain yang berhubungan dengan status gizi yaitu *nutrient*, *nutrition*, dan indikator status gizi. *Nutrient* adalah zat gizi yang terkandung dalam makanan atau minuman yang dibutuhkan untuk metabolisme tubuh. Namun, *nutrition* merupakan keseimbangan antara asupan zat gizi dalam tubuh dengan kebutuhan zat gizi harian yang dibutuhkan untuk metabolisme tubuh. Berikutnya adalah indikator status gizi adalah tanda yang digunakan untuk menyatakan status gizi seseorang (Nani *et al.*, 2025). Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi pangan aktivitas fisik dari seseorang. Konsumsi pangan merupakan faktor utama dalam memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh.

WHO mendeskripsikan ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari proses-proses yang terjadi pada organisme hidup. Prosesnya adalah pemisahan dan pengelolaan zat padat dan cair dari makanan yang diperlukan untuk kehidupan, pertumbuhan, pemeliharaan fungsi organ dan produksi energi.

2. 1. 1 Klasifikasi Status Gizi

Klasifikasi status gizi digunakan untuk menentukan kategori kondisi gizi seseorang berdasarkan hasil pengukuran. Beberapa istilah klasifikasi IMT sebagai berikut:

1. Gizi lebih (*overweight*)

Kelebihan berat badan adalah kondisi yang tidak sehat (patologis) akibat terlalu banyak makan dan mengonsumsi energi melebihi kebutuhan tubuh dalam waktu yang lama, biasanya disebut sebagai kelebihan gizi. Pada anak berusia 5-18 tahun, kelebihan gizi di definisikan sebagai Z-score IMT/U berada antara +1 SD sd +2 SD.

2. Gizi kurang (*thinness*)

Kekurangan gizi adalah keadaan tidak sehat (patologis) yang disebabkan oleh pola makan yang tidak memadai dan pengeluaran energi yang rendah dalam waktu tertentu. Penurunan berat badan bisa

menjadi gejala awal adanya malnutrisi. IMT kurang ditetapkan ketika Z-IMT/U anak berada di antara -3 SD hingga dibawah -2 SD.

3. Gizi buruk (*severely thinness*)

Gizi sangat buruk merujuk pada situasi di mana seseorang dinyatakan kekurangan gizi, yang artinya IMTnya lebih rendah dari rata-rata. Ambang batas untuk IMT sangat buruk ditentukan jika Z-IMT/U berada di < -3 SD.

4. Gizi baik (normal)

Gizi yang baik berarti seseorang memiliki IMT yang baik ketika asupan makanan dan kebutuhan berdasarkan berat badan berada dalam keseimbangan. IMT baik umumnya diukur dengan Z-IMT/U anak yang berada di antara -2 SD hingga +1 SD (Permenkes, 2020).

2. 1. 2 Faktor yang Mempengaruhi IMT

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap IMT anak (Mkhize dan Sibanda, 2020) dikutip dalam buku kesehatan dan gizi untuk anak (Purba *et al.*, 2021).

1. Kekurangan pangan dalam rumah tangga
2. Pendapatan dalam rumah tangga yang kurang mencukupi
3. Pengasuh yang buta akan huruf
4. Pengangguran dalam rumah tangga
5. Gizi yang rendah dalam makanan
6. Berat badan lahir yang rendah
7. Konsumsi pangan yang tetap
8. Kurangnya pengetahuan pengasuh tentang gizi
9. Kondisi akses air dan sanitasi yang buruk
10. Penyapihan waktu bayi yang kurang sehat
11. Umur pengasuh
12. Karakteristik demografis anak

Selain faktor-faktor tersebut, penerapan pola makan dengan prinsip gizi seimbang juga menjadi hal yang sangat penting dalam menjaga IMT

optimal. Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, mempertahankan berat badan ideal, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Prinsip gizi seimbang meliputi konsumsi beragam makanan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik teratur, dan pemantauan berat badan secara berkala (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Asupan gizi yang seimbang harus mengandung makronutrien (karbohidrat, protein, dan lemak) serta mikronutrien (vitamin dan mineral) dalam proporsi yang cukup. Kekurangan atau kelebihan salah satu zat gizi tersebut dapat menyebabkan gangguan metabolisme, menurunkan imunitas tubuh, dan berdampak pada fungsi otak serta kemampuan belajar anak.

1. Karbohidrat

karbohidrat adalah zat tepung yang merupakan makanan pokok yang menghasilkan tenaga dengan satuan kalori. Satu gram karbohidrat dapat menghasilkan empat kalori. Sumber tenaga ini dibutuhkan untuk bekerja, bernafas dan lain-lain. Karbohidrat terutama terdapat pada tumbuh-tumbuhan, seperti beras, jagung, kentang, gandum dan ubiubian.

2. Protein

Diperlukan untuk pembentukan dan perbaikan semua jaringan di dalam tubuh termasuk darah, enzim, hormon, kulit, rambut, dan kuku. Protein pembentukan hormon untuk pertumbuhan dan mengganti jaringan yang aus, perkembangan seks dan metabolisme. Disamping itu, protein berguna untuk melindungi supaya keseimbangan asam dan basa di dalam darah dan jaringan terpelihara, selain itu juga mengatur keseimbangan air di dalam tubuh.

3. Lemak

lemak adalah merupakan senyawa kimia yang mengandung unsur C, H, dan O. Banyak terdapat dalam lauk pauk (daging berlemak) dan

minyak (minyak goreng). Satu gram lemak mengandung sembilan kalori dalam tubuh.

4. Vitamin

Vitamin adalah senyawa organik yang terdapat dalam jumlah yang sangat sedikit di dalam makanan dan sangat penting peranannya dalam reaksi metabolisme. Namun, bila kebutuhan vitamin di dalam tubuh tidak terpenuhi akan mengakibatkan terganggunya proses dalam tubuh sehingga tubuh mudah sakit. Kekurangan vitamin di dalam tubuh disebut avitaminosis.

5. Mineral

Mineral adalah merupakan senyawa organik yang mempunyai peranan penting dalam tubuh. Mineral dibutuhkan tubuh sebagai zat pembangun dan zat pelindung. Banyak terdapat dalam lauk pauk atau sayuran, misalnya Fe (zat besi) terdapat dalam bayam, kangkung, dan katuk, telur dan sayuran hijau lainnya.

2. 1. 3 Pengukuran IMT

Pengukuran IMT dibagi dua ialah sebagai berikut:

1. Penilaian secara langsung

a. Antropometri

Secara umum antropometri merujuk pada ukuran tubuh manusia. Dari perspektif gizi, antropometri gizi berhubungan dengan berbagai pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh yang berbeda berdasarkan usia dan IMT. Antropometri biasanya digunakan untuk menilai ketidakseimbangan antara asupan protein dan energi. Ketidakseimbangan ini dapat terlihat melalui pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, serta kandungan air dalam tubuh (Candra, 2020).

Dari berbagai metode pemeriksaan yang ada, metode yang paling sering digunakan adalah antropometri. Metode ini dapat diartikan sebagai pengukuran fisik dan bagian-bagian dari tubuh manusia,

sehingga antropometri berarti pengukuran tubuh atau bagian tubuh manusia. Dalam mengevaluasi IMT dengan metode antropometri, ukuran tubuh manusia digunakan sebagai cara untuk menentukan IMT. Konsep dasar yang perlu dipahami saat menggunakan antropometri untuk mengukur IMT adalah memahami prinsip dasar pertumbuhan (Candra, 2020).

b. Klinis

Pemeriksaan secara klinis adalah cara yang sangat penting untuk mengevaluasi keadaan gizi komunitas. Metode ini didasarkan pada perubahan yang terlihat akibat kekurangan gizi pada mata, kulit, rambut, serta membran mukosa mulut dan organ-organ yang terletak dekat permukaan tubuh, seperti kelenjar tiroid.

c. Biokimia

Uji biokimia merupakan pengujian ilustrasi yang di percobaan dengan cara laboratorium yang dicoba pada bermacam berbagai jaringan badan. Pemeriksaan laboratorium meliputi studi biokimia, hematologi, dan parasitologi. Pada pemeriksaan biokimia dibutuhkan spesimen yang akan diuji. Misalnya darah, urin, feses, dan jaringan tubuh seperti otot, tulang, rambut, kuku, dan lemak subkutan.

d. Biofisik

Penentuan gizi secara biofisik adalah metode penentuan IMT dengan melihat kemampuan fungsi (khususnya jaringan) dan melihat perubahan struktur dari jaringan. Umumnya dapat digunakan dalam situasi tertentu seperti kejadian buta senja epidermic.

2. Penilaian secara tidak langsung

a. Survei asupan makanan

Merupakan cara untuk mengetahui IMT secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi.

b. Faktor ekologis

Menyatakan bahwa kekurangan gizi adalah permasalahan ekologis yang diakibatkan oleh interaksi sejumlah faktor lingkungan fisik, biologis, dan budaya seperti iklim, tanah, dan irigasi (Fauzan *et al.*, 2021).

2. 1. 4 Indeks Massa Tubuh

Indeks masa tubuh merupakan cara pengukuran badan yang disesuaikan dengan tinggi badan, dihitung menggunakan cara berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter $\left(\frac{kg}{m^2}\right)$ (Rasyid, 2021). IMT adalah salah satu indikator yang sederhana untuk memantau IMT suatu populasi, khususnya IMT yang terkait dengan berat badan.

Penggolongan gizi merupakan pembagian IMT seseorang berdasarkan hasil pengukuran antropometri, seperti berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Penggolongan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi gizi anak, apakah termasuk kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, atau obesitas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, penggolongan IMT ditentukan menggunakan nilai ambang batas Z-score pada masing-masing indeks tersebut. Melalui penggolongan ini, kondisi gizi anak dapat diidentifikasi secara lebih jelas sehingga memudahkan dalam upaya pemantauan dan perbaikan gizi.

Tabel 1. Kategori IMT Berdasarkan IMT/U Anak Umur 5-18 Tahun oleh WHO, (2014)

Kategori	Ambang Batas (z-Score)
Gizi buruk (sevellery thinness)	<-3 SD sampai < -2 SD
Gizi kurang (thinness)	-3 SD sampai < -2 SD
Gizi baik (normal)	-2 SD sampai +1 SD
Gizi lebih (overweight)	+1 SD sampai +2 SD
Obesitas (obese)	>+2 SD

Tabel 2. Acuan Kategori IMT Umur 10-13 Tahun oleh WHO, (2014)

Umur	Gizi Buruk (<-3 SD)	Gizi Kurang (-3 SD s.d <-2 SD)	Gizi Baik (-2 SD s.d +1 SD)	Gizi Lebih (> +1 SD s.d +2 SD)	Obesitas (> +2 SD)
10 th	<13.4	13.4 - <14.2	14.2 - 19.5	> 19.5 - 22.6	> 22.6
11 th	<13.8	13.8 - <14.5	14.5 - 20.0	> 20.0 - 23.4	> 23.4
12 th	<14.2	14.2 - <15.0	15.0 - 21.0	> 21.0 - 24.8	> 24.8
13 th	<14.6	14.6 - <15.5	15.5 - 22.0	> 22.0 - 26.2	> 26.2

Selain itu, terdapat beberapa faktor indeks massa tubuh menurut Usni *et al.*, (2021), yaitu:

1. Usia

Pada dasarnya setiap orang akan mengalami penambahan usia, akan tetapi dengan penambahan usia justru orang tersebut semakin jarang berolahraga. Jika setiap orang jarang berolahraga maka akan memengaruhi kenaikan berat badannya sehingga memiliki dampak terhadap indeks massa tubuh.

2. Jenis kelamin

Indeks Massa Tubuh dengan kategori obesitas (berat badan berlebihan) lebih banyak ditemukan pada pria. Namun berdasarkan data *National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)* menunjukkan tingkat obesitas pada wanita lebih besar daripada pria di Amerika.

3. Pola makan

Pengulangan susunan makanan disebut sebagai pola makan, Pola makan yang buruk akan berdampak sangat signifikan terhadap kenaikan berat badan. Obesitas sangat mudah terjadi jika mengkonsumsi makanan siap saji yang mana banyak terkandung lemak dan gula yang tinggi pada makanan siap saji tersebut. Selain itu, penambahan porsi makan dan pengaturan jam makan yang tidak tetap juga merupakan salah satu indikator pencapaian obesitas.

4. Berat badan

Jika seseorang memiliki berat badan yang berlebihan, maka itu juga dapat mempengaruhi indeks massa tubuhnya. Semakin berat dan terus

mengalami kenaikan berat badan maka itu sangat berdampak terhadap indeks massa tubuh orang tersebut.

5. Aktivitas fisik

Apabila seseorang memiliki aktivitas fisik yang baik, maka tubuh menjadi lebih sehat dan berpengaruh positif terhadap indeks massa tubuh agar mendapatkan hasil yang normal. Berbanding terbalik jika aktivitas fisik menurun, itu sangat berdampak negatif terhadap indeks massa tubuh seseorang.

2. 1. 5 Indikator IMT

Berdasarkan keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang standar antropometri penilaian IMT anak, diketahui bahwa penilaian IMT remaja didasarkan pada indeks IMT/U (Kementerian Kesehatan RI, 2011). IMT merupakan hasil dari pertimbangan antara berat badan dengan tinggi badan yang dikuadratkan. Indeks yang dipakai yaitu:

1. Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Indeks berat badan berdasarkan usia berfungsi sebagai salah satu metode untuk mengukur IMT. Metrik ini tidak sensitif dalam mengidentifikasi apakah seseorang mengalami kekurangan gizi di masa lalu atau sekarang. BB/U memberikan gambaran mengenai IMT baik di masa lalu maupun di masa kini.

2. Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Indeks ini mencerminkan IMT di masa lampau. Indeks TB/U memberikan informasi yang lebih mendetail tentang IMT di masa lalu dan memiliki hubungan yang lebih kuat dengan keadaan sosial-ekonomi.

3. Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)

Terdapat hubungan linier antara berat badan dengan tinggi badan. Dalam kondisi yang normal, perkembangan berat badan biasanya sejalan dengan pertumbuhan tinggi badan pada kecepatan tertentu.

Indeks BB/TB adalah indikator yang baik untuk menilai kondisi gizi saat ini.

4. Indeks Massa Tubuh Menurut Umur

Indeks massa tubuh berdasarkan umur (IMT/U) adalah alat yang berguna untuk menyaring kelebihan berat badan dan obesitas. Umumnya, IMT tidak meningkat seiring bertambahnya umur. Namun, pada bayi, nilai IMT bisa meningkat tajam karena terjadi peningkatan berat badan yang cepat dibandingkan dengan panjang badan pada enam bulan pertama kehidupan.

IMT memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap tumbuh kembang anak, baik dari aspek fisik, kognitif, maupun psikososial. Anak dengan IMT baik cenderung memiliki pertumbuhan tinggi badan dan berat badan yang optimal, sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat, serta kemampuan belajar yang lebih baik (Fitriani *et al.*, 2020). Sebaliknya, anak dengan IMT kurang berisiko mengalami *stunting*, keterlambatan perkembangan motorik, serta gangguan konsentrasi yang berdampak pada prestasi belajar. Kekurangan asupan gizi makro seperti protein dan energi dapat menghambat pembentukan jaringan tubuh, sedangkan kekurangan zat gizi mikro seperti zat besi dan yodium dapat mengganggu perkembangan otak dan sistem saraf (Sukmawati *et al.*, 2021). Oleh karena itu, pemantauan indikator IMT anak secara berkala menjadi penting untuk memastikan proses pertumbuhan dan perkembangan berjalan optimal sesuai tahap usia.

2.2 Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi belajar diartikan sebagai tingkatan keberhasilan belajar. Prestasi ini diperoleh dengan mengevaluasi hasil belajar siswa. Sedangkan proses untuk mengetahui prestasi belajar adalah dengan penguasaan pengetahuan dan ketrampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran yang lazimnya ditunjukkan dengan nilai test atau angka yang diberikan oleh guru (Hakim, 2011). Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari perbuatan belajar, karena

belajar merupakan suatu proses, sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari proses dalam diri siswa, namun tidak semua perubahan perilaku dapat dikatakan belajar karena perubahan tingkah laku akibat belajar (Thaib, 2013).

Marsun dan Martaniah dalam Sia Tjundjing berpendapat bahwa prestasi belajar adalah hasil kegiatan belajar, yaitu sejauh mana peserta didik menguasai bahan pelajaran yang diajarkan, yang diikuti oleh munculnya perasaan puas bahwa telah melakukan sesuatu dengan baik. Hal ini berarti prestasi belajar hanya bisa diketahui jika telah dilakukan penilaian terhadap hasil belajar siswa (Nauli Thaib, 2013).

Prestasi belajar adalah ukuran keberhasilan dalam Pendidikan yang diucapkan dengan skor dan pengubahan perilaku positif setelah seseorang mengalami proses belajar. Ukuran keberhasilan peserta didik dalam memahami pelajaran dinyatakan lewat prestasi belajar mereka. Prestasi belajar mencerminkan pencapaian yang diperoleh setelah Alanilani aktivitas belajar mengajar. Prestasi belajar dapat dilihat melalui nilai yang diberikan oleh guru berdasarkan sejumlah mata pelajaran yang telah dipelajari oleh peserta didik. Setiap sesi pembelajaran tentunya selalu berharap untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Dalam mencapai hal tersebut, prestasi belajar dipengaruhi oleh banyak faktor (Syafi'i *et al.*, 2018).

2. 2. 1 Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Belajar

Suatu prestasi hasil belajar di sekolah merupakan hasil dari usaha belajar yang sangat dipengaruhi oleh kemampuan umum yang bisa diukur. Salah satu cara untuk mengukur kemampuan umum ini adalah melalui *Intelligence Quotient* (IQ). IQ yang lebih tinggi sering kali dapat memprediksi keberhasilan dalam belajar. Namun, meskipun begitu, dalam beberapa situasi, memiliki IQ yang tinggi tidak selalu menjamin kesuksesan seseorang dalam belajar (Syafi'i *et al.*, 2018).

IQ bukanlah satu-satunya elemen yang menentukan keberhasilan dalam belajar. Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan prestasi belajar adalah antara lain sebagai berikut: (1) pengaruh Pendidikan dan pembelajaran unggul; (2) perkembangan dan pengukuran otak, dan (3) kecerdasan (intelegensi) emosional (Pambudhi *et al.*, 2024)

Prestasi belajar yang dicapai oleh individu adalah hasil dari interaksi antara faktor yang mempengaruhi, baik dalam diri (faktor internal) maupun dari luar diri (faktor eksternal). Berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi.

1. Faktor Internal

a) Faktor Biologis (Jasmani)

Faktor biologis meliputi segala hal yang berhubungan dengan keadaan fisik atau jasmani individu yang bersangkutan. Keadaan jasmani dapat dilihat dengan memperlihatkan kondisi fisik yang normal dan kondisi kesehatan fisik (Parnawi, 2019).

b) Faktor Psikologis

Faktor psikologis yang mempengaruhi keberhasilan belajar ini meliputi segala hal yang berkaitan dengan kondisi mental seseorang. Faktor psikologi antara lain; (a) faktor intelektual yang meliputi faktor potensial yaitu kecerdasan, bakat dan faktor kecakapan nyata yaitu prestasi yang telah dimiliki, (b) faktor non intelektual, yaitu unsur kepribadian tertentu seperti sikap, kebiasaan, minat, kebutuhan, motivasi, emosi (Syafi'i *et al.*, 2018).

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari luar individu itu sendiri. Faktor eksternal meliputi:

a) Faktor lingkungan keluarga

Faktor lingkungan keluarga ini merupakan lingkungan pertama dan utama dalam menentukan perkembangan Pendidikan

seseorang, dan tentu saja merupakan faktor pertama dan utama dalam menentukan keberhasilan belajar.

b) Faktor lingkungan sekolah

Kondisi sekolah dapat mempengaruhi kondisi belajar antara lain adalah peralatan yang cukup lengkap, Gedung sekolah yang memenuhi persyaratan bagi berlangsungnya proses belajar yang baik, adanya keharmonisan hubungan antara personil sekolah.

c) Faktor lingkungan masyarakat

Keadaan lingkungan tempat tinggal peserta didik menjadi pengaruh pembelajaran. Lingkungan yang kumuh juga dapat berdampak pada proses pembelajaran mereka (Parnawi, 2019).

2. 2. 2 Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Perkembangan anak usia sekolah dasar tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan eksternal, seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Marinda, (2020) menjelaskan bahwa dalam lingkungan sekolah, anak mulai mengembangkan kemampuan berpikir logis dan abstrak serta keterampilan kognitif yang penting untuk memahami lingkungan sekitarnya. Pada tahap ini, perkembangan kognitif ditandai dengan peralihan dari cara berpikir konkret menuju kemampuan berpikir yang lebih logis dan abstrak.

Dari sisi perkembangan fisik, anak usia sekolah dasar mengalami pertumbuhan yang cukup pesat, yang berdampak pada peningkatan kemampuan motorik kasar dan halus. Fikriyah, (2021) menyatakan bahwa perkembangan fisik pada anak tidak hanya mencakup penambahan tinggi dan berat badan, tetapi juga peningkatan keterampilan motorik yang memungkinkan anak lebih aktif dalam berbagai kegiatan fisik. Selain itu, anak mulai memahami konsep-konsep ilmiah sederhana seperti jumlah, massa, dan volume, serta mampu mengelompokkan objek berdasarkan kategori tertentu.

Sementara itu, perkembangan emosi sosial juga menunjukkan kemajuan yang signifikan. Anak mulai mampu memahami perasaan orang lain, menumbuhkan rasa empati, serta mengendalikan emosi dengan lebih baik. Anak usia sekolah dasar belajar menghadapi berbagai situasi emosional yang kompleks, yang berperan dalam pembentukan karakter serta meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka (Menurut Insan, 2020).

Perkembangan moral anak juga mengalami peningkatan yang pesat pada periode ini. Hasanah, (2020) mengungkapkan bahwa anak mulai mampu memahami norma-norma moral yang lebih kompleks. Mereka tidak hanya menilai benar dan salah berdasarkan akibat langsung, tetapi juga mulai memahami konsep keadilan dan tanggung jawab sosial dalam berinteraksi dengan orang lain. Dalam konteks Indonesia, perkembangan moral ini banyak dipengaruhi oleh nilai-nilai agama dan budaya lokal yang ditanamkan melalui keluarga dan sekolah, sehingga nilai religius menjadi bagian penting dalam pembentukan karakter anak.

Pada masa sekolah dasar, anak mengalami perkembangan yang pesat dalam berbagai aspek, yaitu fisik, kognitif, dan emosi sosial. Periode ini merupakan tahap krusial dalam pembentukan karakter dan kepribadian yang akan memengaruhi keberhasilan mereka di masa depan. Anak usia 7–12 tahun umumnya memiliki perkembangan motorik halus dan kasar yang baik, kemampuan berpikir logis dan konkret, serta mulai memahami norma sosial dan moral dalam kehidupan sehari-hari. Perkembangan yang optimal pada setiap aspek tersebut akan membentuk individu yang sehat secara fisik, cerdas secara intelektual, matang secara emosional, dan memiliki moral yang kuat.

2. 2. 2. 1 Fisik

Pada usia 7 sampai 12 tahun, anak berada pada tahap penting dalam perkembangan keterampilan motorik. Pada fase ini terjadi peningkatan kemampuan dalam mengatur dan mengoordinasikan gerak tubuh, baik motorik kasar seperti

berjalan, berlari, dan melompat, maupun motorik halus yang tampak dalam aktivitas menulis dan membaca. Namun, gangguan koordinasi seperti dyspraxia dapat menjadi hambatan yang cukup berarti dan berpengaruh terhadap rasa percaya diri anak. Anak yang mengalami kesulitan koordinasi motorik cenderung menghadapi tantangan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, yang berpotensi menyebabkan penarikan diri dari lingkungan sosial (Simanjuntak, 2025).

Sementara itu, pada rentang usia 10 hingga 13 tahun, anak mulai mengalami perubahan fisik yang signifikan sebagai bagian dari proses pubertas. Perubahan ini dapat menjadi tantangan tersendiri, terutama bagi anak yang mengalami pubertas lebih cepat atau lebih lambat dibandingkan teman sebayanya. Anak yang memasuki pubertas lebih awal sering kali menghadapi tekanan emosional dan sosial yang lebih besar, seperti meningkatnya risiko kecemasan dan depresi. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan fisik yang dialami anak dapat berdampak tidak hanya pada kondisi fisik, tetapi juga pada kesehatan mental serta hubungan sosial mereka (Simanjuntak, 2025).

2. 2. 2. 2 Kognitif

Perkembangan kognitif anak usia 7 hingga 12 tahun dapat dilihat dari kemampuan berpikir logis serta penguasaan bahasa. Menurut teori perkembangan kognitif Piaget, anak pada rentang usia tersebut berada pada tahap operasional konkret, yaitu sekitar usia 7–11 tahun, yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan memahami konsep serta menggunakan penalaran logis terhadap objek-objek yang bersifat nyata. Salah satu contohnya adalah kemampuan anak memahami konsep kekekalan volume, yaitu menyadari bahwa perubahan bentuk

wadah tidak memengaruhi jumlah zat di dalamnya (Simanjuntak, 2025).

Memasuki jenjang pendidikan dasar, anak dihadapkan pada tugas-tugas yang semakin kompleks sehingga menuntut kemampuan berpikir lebih abstrak. Pada tahap ini, anak perlu mengembangkan keterampilan dalam memecahkan masalah serta menggunakan logika secara sistematis, yang bagi sebagian anak dapat menjadi tantangan tersendiri.

2. 2. 2. 3 Sosial

Perkembangan sosial anak merupakan aspek penting yang memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain maupun lingkungan sekitarnya. Interaksi yang terjadi pada tahap awal perkembangan memberikan dampak besar terhadap kemampuan anak dalam membangun hubungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang memiliki keterikatan positif dengan orang tua dan teman sebaya cenderung menunjukkan kemampuan sosial yang lebih baik. Sebaliknya, pola pengasuhan yang kurang optimal dapat menghambat perkembangan sosial anak.

Media memiliki peran yang cukup besar dalam memengaruhi perkembangan sosial anak. Seiring meningkatnya penggunaan teknologi dan media sosial, anak semakin sering terpapar pada berbagai bentuk interaksi sosial yang tidak selalu berdampak positif. Anak yang menghabiskan waktu lebih banyak di depan layar cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan sosial secara optimal. Kondisi ini semakin diperparah apabila anak kurang memperoleh stimulasi sosial melalui interaksi langsung dengan teman sebaya. Salah satu permasalahan yang sering muncul dalam perkembangan sosial

anak adalah terbatasnya kesempatan untuk berinteraksi dalam kelompok. Minimnya pengalaman berinteraksi dan bermain bersama teman sebaya dapat menghambat proses pembentukan keterampilan sosial yang penting untuk kemampuan beradaptasi dalam kehidupan bermasyarakat (Simanjuntak, 2025).

2. 2. 3 Klasifikasi Prestasi Belajar Siswa

Prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai siswa setelah mengikuti proses pembelajaran dalam kurun waktu tertentu. Prestasi belajar mencerminkan tingkat penguasaan siswa terhadap kompetensi, pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang telah ditetapkan dalam tujuan pembelajaran. Dalam konteks Kurikulum Merdeka, penilaian hasil belajar mengacu pada Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP), yaitu kriteria yang digunakan untuk menentukan tingkat ketercapaian tujuan pembelajaran oleh peserta didik (Kemendibudristek, 2022).

KKTP berfungsi sebagai acuan bagi guru dalam menilai sejauh mana siswa telah mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Melalui KKTP, hasil belajar siswa dapat diinterpretasikan secara lebih objektif, sistematis, dan bermakna. Pengelompokan hasil belajar berdasarkan KKTP membantu guru dalam mengidentifikasi tingkat penguasaan siswa serta menentukan tindak lanjut pembelajaran yang sesuai, baik berupa pengayaan maupun bimbingan (Kemendibudristek, 2024).

Tabel 3. Klasifikasi Prestasi Belajar diadaptasi dari Juhairiah (2023) dan Kemendibudristek, (2024).

Interval Nilai	Kategori
0-60	Perlu Bimbingan
61-75	Cukup
76-85	Baik
86-100	Sangat Baik

Kategori Perlu Bimbingan menunjukkan bahwa siswa masih memerlukan pendampingan intensif dalam memahami materi dan mencapai tujuan

pembelajaran. Kategori Cukup menunjukkan bahwa siswa telah mencapai sebagian besar tujuan pembelajaran, namun masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Kategori Baik menunjukkan bahwa siswa telah menguasai tujuan pembelajaran dengan baik. Sementara itu, kategori Sangat Baik menunjukkan bahwa siswa telah mencapai tujuan pembelajaran secara optimal dan mampu menunjukkan penguasaan materi yang sangat baik.

Dengan demikian, klasifikasi prestasi belajar berdasarkan KKTP tidak hanya berfungsi untuk memberikan gambaran tentang capaian akademik siswa, tetapi juga sebagai dasar dalam merancang strategi pembelajaran lanjutan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing siswa.

2. 2. 4 Indikator Prestasi Belajar Siswa

Ada beberapa indikator hasil belajar untuk melihat hasil belajar terdapat pada Tabel 4.

Tabel 4. Indikator Prestasi Belajar Peserta Didik oleh Parnawi, (2019)

Indikator	Uraian
Ranah kognitif (<i>cognitive domain</i>)	Peserta didik dapat dilihat berdasarkan presepsinya, ingatannya, pemahamannya, penerapannya, analisisnya, dan sintesisnya.
Ranah afektif (<i>affective domain</i>)	Peserta didik dapat memandang peserta didik yang lain melalui penerimaan, sambutan, persepsi (sikap evaluasi), internalisasi (pencelupan), dan karakteristik (evaluasi).
Ranah psikomotorik (<i>psychomotor domain</i>)	Peserta didik dapat dilihat dari kemampuan motoric dan tindakannya serta kemampuan ekspresif verbal dan nonverbalnya.

Menurut Nasution dalam Sunarto dalam jurnal (Sudirman & Hendriani, 2022) menyimpulkan bahwa “belajar adalah kesempurnaan yang dicapai

seseorang dalam berpikir, mengetahui dan bertindak. Prestasi belajar dikatakan tuntas apabila memenuhi tiga indikator pada Tabel 4.

2. 2. 5 Hubungan IMT dengan Prestasi Belajar

Pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsinya normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil (Kadir, 2021).

Kekurangan atau kelebihan zat-zat esensi gizi bisa mempengaruhi terjadinya learning disabilities (gangguan belajar), bekerja kurang, kesakitan sampai kematian. Masalah-masalah gizi kekurangan energi protein (KEP), anemia, kurang vitamin A, dan gangguan akibat kekurangan yodium yang sangat mempengaruhi konsentrasi dan kemampuan belajar siswa (Effendy, 2017).

Kondisi IMT yang baik akan mendukung fungsi kognitif, daya konsentrasi, serta stamina dalam mengikuti kegiatan belajar. Anak dengan IMT normal memiliki tingkat perhatian dan motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan anak dengan gizi kurang. Sebaliknya, anak yang mengalami kekurangan gizi sering kali menunjukkan penurunan daya ingat, kesulitan dalam memahami pelajaran, serta kurang aktif dalam proses pembelajaran (Anggreny, 2023).

IMT juga berhubungan dengan kondisi psikologis siswa dalam belajar (Anggreny, 2023). Anak yang mengalami kekurangan gizi sering kali menunjukkan perilaku pasif, kurang percaya diri, dan mudah lelah dalam mengikuti kegiatan belajar di kelas. Kondisi tersebut dapat menghambat

interaksi sosial dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran, sehingga berdampak negatif terhadap hasil belajar.

Prestasi belajar sebagai indikator keberhasilan siswa dapat diukur melalui nilai hasil belajar dari berbagai mata pelajaran yang diajarkan di sekolah, baik pada aspek pengetahuan (*kognitif*), sikap (*afektif*), maupun keterampilan (*psikomotorik*). Penilaian prestasi belajar dilakukan melalui tes tertulis, tugas individu atau kelompok, praktik, observasi sikap, serta ujian akhir semester. Nilai dari setiap mata pelajaran kemudian dirata-ratakan untuk menggambarkan tingkat pencapaian akademik siswa secara umum. Dengan demikian, hubungan antara IMT dan prestasi belajar dapat diketahui dengan membandingkan kondisi gizi siswa (misalnya berdasarkan indeks massa tubuh atau status antropometri) dengan nilai rata-rata akademik yang diperoleh dari seluruh mata pelajaran. Semakin baik IMT siswa, semakin optimal pula fungsi otak dan kemampuan kognitifnya dalam memahami pelajaran, yang pada akhirnya akan meningkatkan prestasi belajar.

2.3 Penelitian Relevan

Untuk mendukung dan membantu penelitian ini, peneliti yang sudah ada dan relevan dengan peneliti yang akan diteliti. Hasil peneliti yang terkait dengan penelitian ini diperlukan untuk mendukung penelitian teoritis yang diusulkan sehingga dapat digunakan sebagai dasar kerangka berpikir. Adapun penelitian relevan yang terkait dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Lestari *et al.*, (2021) Media Kesmas (*Public Health Media*), dengan judul penelitian (Hubungan IMT dan Sarapan Pagi terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Perhentian Raja kabupaten Kampar). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan IMT dan sarapan pagi terhadap prestasi belajar siswa sekolah dasar negeri di Kecamatan Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Desain penelitian *Cross Sectional* dengan jumlah populasi sebanyak 69 responden secara total

sampling instrument kuesioner. Analisis data adalah univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *chi square* dengan derajat 95% (0,05). Hasil penelitian diketahui sebanyak 9 responden memiliki prestasi belajar tidak baik, 20 responden memiliki IMT tidak normal, 35 responden yang tidak sarapan pagi. Hasil uji statistik terdapat hubungan antara IMT (p value 0,014, POR=6,571, 95% CI: 1,452-29,733) dan sarapan pagi (p value 0,028, POR=9,778, 95% CI: 1,150-83,120) dengan prestasi belajar. Kesimpulannya responden yang IMT kurang berisiko 6,57 kali tidak berprestasi dibandingkan mereka yang IMT nya normal.

2. Fikriyana *et al.*, (2024) Jurnal peduli masyarakat, dengan judul penelitian (Hubungan IMT dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar). Tujuan penelitian ini adalah supaya mengetahui variabel independen yaitu IMT dan variabel dependen prestasi belajar siswa di SD Islam Cikiwul Tahun 2024. Metode penelitian yang dilakukan peneliti bersifat kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian analitik cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa - siswi kelas 2,3,4,5,dan 6 SD Islam Cikiwul Tahun 2024 berjumlah 139 orang. Teknik pengambilan data dengan menggunakan jenis *stratified random sampling*. Didapatkan bahwa dengan tingkat signifikan 95% atau α 5% (0,05) hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai p value 0,031 lebih kecil dibandingkan nilai signifikansi 5% ($0,031 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Terdapat hubungan IMT dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di SD Islam Cikiwul Tahun 2024.
3. Maulana *et al.*, (2024) Gladi :Jurnal Ilmu Keolahragaan, dengan judul penelitian (*The Relationship of Nutritional Status to Pediatric Learning Achievement in Primary School-Age Children*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara IMT dengan prestasi belajar pada siswa sekolah dasar di Kabupaten Cirebon. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Pengambilan sampel dilakukan secara

purposive sampling sehingga diperoleh 30 siswa usia 9-12 tahun sebagai sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah grafik pertumbuhan CDC dan nilai rapor penjasorkes siswa semester ganjil tahun ajaran 2023-2024. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi Pearson dengan bantuan perangkat lunak SPSS 20. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data IMT ($p\text{-value} = 0,100$) dan prestasi belajar penjasorkes ($p\text{-value} = 0,095$) berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan nilai p sebesar 0,802 yang menunjukkan hubungan linier antar variabel. Uji korelasi *momen-produk Pearson* menghasilkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,474 dan koefisien korelasi (r) sebesar 0,361. Karena nilai- p lebih besar dari 0,05 dan nilai- r lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara IMT dan prestasi belajar, yang menunjukkan bahwa IMT memiliki pengaruh sedang terhadap prestasi belajar.

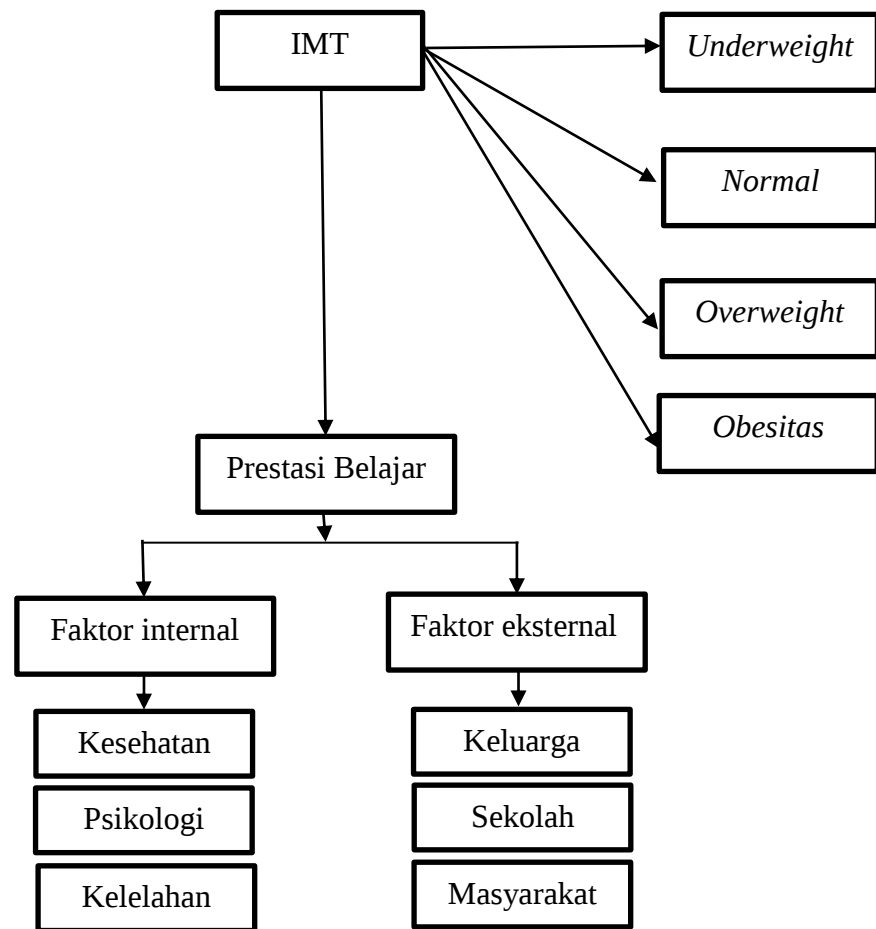
4. Gole, (2024) *Journal of Nursing Culture and Technology*, dengan judul penelitian (*The Relationship Between Nutritional Status and Academic Achievement of Fifth Grade Students of Tegalrejo 1 State elementary School*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara IMT dan prestasi akademik pada siswa kelas V di SD Negeri Tegalrejo 1, Yogyakarta. Metode: Penelitian kuantitatif korelasional ini dilakukan dari Maret hingga Juli 2023 di Jalan Bener No. 40, Tegalrejo, Yogyakarta. IMT dan kinerja akademik dinilai menggunakan pengukuran antropometri (skor-Z BMI-untuk-usia) dan nilai rapor akhir. Penelitian ini melibatkan 56 siswa, dengan 53 akhirnya berpartisipasi karena kriteria eksklusi (ketidakhadiran saat pengumpulan data). Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji korelasi Spearman. Hasil menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara IMT dan prestasi akademik (nilai- $P = 0,642$, $P > 0,05$). Faktor-faktor seperti kebiasaan makan, aktivitas fisik, motivasi, bakat, minat, dan kemauan belajar, serta faktor eksternal seperti lingkungan sekolah, keluarga, dan status sosial ekonomi, dapat berkontribusi lebih signifikan.

Sekolah sebaiknya memantau IMT siswa melalui pengukuran tinggi dan berat badan secara berkala serta bekerja sama dengan fasilitas kesehatan setempat. Studi ini berfokus hanya pada aspek kognitif dari prestasi akademik, sehingga penelitian di masa mendatang sebaiknya mencakup penilaian kinerja siswa yang lebih komprehensif.

2.4 Kerangka Berpikir

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara IMT dengan prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran. IMT yang dimaksud mencakup kategori *underweight*, *normal*, *overweight*, dan *obesitas* yang ditentukan berdasarkan pengukuran Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) sesuai dengan standar WHO.

Penelitian ini mempertimbangkan dua kelompok faktor yang memengaruhi prestasi belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik (IMT, kesehatan umum, kelelahan) dan kondisi psikologis (motivasi, minat, konsentrasi). Faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. IMT dipandang sebagai salah satu komponen penting dalam faktor internal yang dapat memengaruhi daya konsentrasi, stamina, dan kemampuan berpikir siswa



Gambar 1. Kerangka Berpikir

2.5 Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut.

H_0 : IMT siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran tidak berada pada kategori baik.

H_1 : IMT siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran berada pada kategori baik.

H_0 : Tingkat prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran tidak berada pada kategori baik.

H_2 : Tingkat prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran berada pada kategori baik.

H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.

H_3 : Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran.

III. METODE PENELITIAN

3. 1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. “Disebut kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik” (Arikunto, 2011). Nurhayati *et al.*, (2025) menjelaskan mengenai metode penelitian korelasional bahwa “hubungan antara satu dengan variabel-variabel lain dinyatakan dengan koefisien korelasi dan keberartian (signifikansi) secara statistik adanya korelasi antara dua variabel atau lebih”. Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat hubungan antara IMT (sebagai variabel bebas) dengan prestasi belajar siswa (sebagai variabel terikat) pada Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran, tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel-variabel tersebut.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional menggunakan pendekatan *Cross Sectional* yaitu suatu pendekatan yang mempelajari hubungan antara faktor resiko (independen) dengan faktor efek (dependen). Dimana seluruh variabel diamati dan diukur pada saat penelitian berlangsung. Tujuannya untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara IMT dan prestasi belajar siswa.

Pada dasarnya penelitian adalah penggunaan metode ilmiah untuk mengkaji suatu permasalahan. Tujuannya adalah mencari solusi terhadap masalah dengan memanfaatkan metode ilmiah agar dapat mencapai proses yang teratur dan analisis yang logis. Sesuai dengan permasalahan yang akan diungkap dalam penelitian ini, yaitu Hubungan IMT terhadap

Prestasi. Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran. Menurut (Arikunto, 2011) dalam penelitian kuantitatif, yang dilandasi pada suatu asumsi bahwa suatu gejala dapat diklasifikasikan, dan hubungan antar gejala bersifat kasual (sebab akibat), maka peneliti dapat melakukan penelitian dengan memfokuskan pada beberapa variabel saja. Pola hubungan antara variabel yang akan diteliti tersebut selanjutnya disebut paradigma penelitian.

3. 2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini berjudul Hubungan IMT terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran. Berlokasi di Kecamatan Way Lima, Kabupaten Pesawaran, lebih tepatnya di SD Negeri 22 Way Lima Desa Tanjung Agung, SD Negeri 1 Way Lima Desa Banjar Negri, SD Negeri 24 Desa Tanjung Agung.

3. 3. Populasi dan Sampel Penelitian

3.3. 1 Populasi

Pengertian populasi yang lebih kompleks adalah bahwa populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek itu. Menurut Wallen, (2023) populasi adalah keseluruhan kelompok individu, objek, atau peristiwa yang menjadi perhatian peneliti serta memiliki karakteristik tertentu yang relavan dengan masalah penelitian. Populasi mencakup semua anggota yang ingin diteliti dan menjadi sumber data yang akan di generalisasikan.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini mencakup siswa siswi SD Negeri 22 Way Lima dengan jumlah 165 orang, SD Negeri 1 Way Lima dengan jumlah 156 orang, dan SD Negeri 24 Way Lima dengan jumlah 119 orang.

Dengan perincian sebagai berikut:

Nama Sekolah Dasar	Jumlah Siswa
SD N 22 Way Lima	165
SD N 1 Way Lima	156
SD N 24 Way Lima	119
Total Seluruh Siswa	440

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut ataupun sebagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu hingga dapat mewakili populasinya. Menurut Wallen, (2023) sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih melalui prosedur tertentu untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Sampel digunakan karena keterbatasan peneliti dalam menjangkau seluruh populasi, baik dari segi waktu, biaya, maupun tenaga.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *simple random sampling*, di mana sampel diambil secara acak dari populasi tanpa mempertimbangkan tingkatan atau pengelompokan tertentu, sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel.

Tabel 5. Teknik Pengambilan Sampel

Besar Populasi	Besar Sampel
0-100	100%
101-1.000	10%
1.001-5.000	5%
5.000 – 10.000	3%
>10.000	1%

Sumber : (Arikunto, 2011)

Contoh pengambilan sampel pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Apabila jumlah anggota populasi kurang dari 100, maka secara keseluruhan dapat diambil sebagai jumlah sampel penelitian.

2. Apabila jumlah anggota populasi melebihi 101-1.000 orang. Maka, diambil 10% dari banyaknya populasi tersebut, seperti 440 orang banyaknya populasi maka yang dijadikan sampel berjumlah 44 orang.

Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan besaran sampel 10% dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 N &= \text{Populasi} \times 10\% \\
 &= 440 \times 10\% \\
 &= 44 \\
 N &= 44
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas, diperoleh jumlah sampel sebanyak 44 siswa dari total populasi 440 siswa dengan menggunakan besaran sampel sebesar 10% dari jumlah populasi.

3. 4. Variabel Penelitian

Menurut (Arikunto, 2011) bahwa variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian penelitian. Penelitian ini melibatkan dua jenis variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang nilainya tidak tergantung pada variabel lainnya (X). sedangkan variabel terikat adalah yang nilainya tergantung pada variabel lainnya (Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah IMT siswa, yang diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), sedangkan variabel terikatnya mencakup prestasi belajar siswa.

3. 5. Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Pasaribu *et al.*, (2022) adalah aspek penelitian yang memberikan informasi atau petunjuk tentang bagaimana caranya mengukur suatu variabel. Dengan kata lain, definisi operasional adalah semacam petunjuk pelaksanaan bagaimana cara mengukur suatu variabel.

Untuk menyamakan persepsi mengenai variabel yang akan diukur dalam penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. IMT

IMT adalah keadaan siswa yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat-zat gizi dan penyerapan zat gizi, serta mengukur antara tinggi badan serta berat badan kemudian didapatkan hasil kondisi tubuh seseorang tersebut. Alat ukur dan cara ukur menggunakan Menggunakan antropometri (IMT/U), Penimbangan berat badan (kg), Pengukuran tinggi badan (cm^2), dan Interpersi menggunakan Z-score IMT/U (Kamilah *et al.*, 2022).

2. Prestasi Belajar

Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai sesuai kemampuan siswa dari proses belajar dalam waktu tertentu yang disajikan dalam bentuk nilai. Dapat dilihat klasifikasi prestasi belajar pada Tabel dibawah ini.

Tabel 6. Klasifikasi Prestasi Belajar Siswa diadaptasi dari Juhairiah (2023) dan Kemendisbudristek, (2024).

Interval Nilai	Kategori
0-60	Perlu Bimbingan
61-75	Cukup
76-85	Baik
86-100	Sangat Baik

3. 6. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

Keterangan:

X : IMT

Y : Prestasi belajar

3. 7. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengambilan data IMT menggunakan standar antropometri yaitu indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) dan untuk mengukur hasil belajar siswa menggunakan nilai akhir semester.

1. Instrumen Mengukur IMT

- a. Timbangan berat badan yang sudah lulus uji tera, dan mempunyai tingkat ketelitian 0,5 kg.
- b. Pengukuran menggunakan mikrotise yang mempunyai ketelitian 0,1 cm.
- c. Lembar observasi pengukuran, digunakan untuk mencatat hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa.

2. Instrumen mengukur prestasi belajar siswa

Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data prestasi belajar berupa nilai rapor siswa.

3. 8. Teknik Pengumpulan Data

3.8.1 Teknik Pengumpulan Data Identitas Sampel

Data identitas sampel dikumpulkan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan mencatat data siswa dari daftar hadir dan data administrasi sekolah. Data yang diperoleh kemudian dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin dan umur, dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi untuk memberikan gambaran umum karakteristik responden (Sugiyono, 2013).

3.8.2 Teknik Pengumpulan Data Pengukuran IMT

Data IMT diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan siswa. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara:

1. Menyiapkan alat ukur berupa timbangan berat badan yang sudah lulus uji tera, dan mempunyai tingkat ketelitian 0,5 kg.
2. Pengukuran tinggi badan dengan menggunakan mikrotise yang mempunyai ketelitian 0,1 cm.
3. Menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan rumus berat badan (kg) dibagi tinggi badan kuadrat (m^2).
4. Menentukan IMT peserta didik dengan membandingkan nilai IMT terhadap standar World Health Organization berdasarkan umur (IMT/U), kemudian diklasifikasikan sesuai dengan ketentuan Permenkes (2020).
5. Hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan dicatat pada lembar observasi.

Data penilaian IMT dengan cara mencari nilai Z-score yang berupa tinggi badan dan berat badan akan diolah menggunakan rumus IMT/U. Menurut Arisman (2011) dalam Rasyid, (2021) berikut rumus untuk mencari indeks massa tubuh:

$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{TB \text{ (m}^2\text{)}}$$

Keterangan:

IMT : Indeks Massa Tubuh

BB : Berat Badan (kg)

TB : Tinggi Badan (m^2)

Untuk menentukan IMT pada anak dan remaja umur 5-19 tahun nilai IMT nya harus dibandingkan dengan referensi WHO/NCHS 2007. Indeks yang sering digunakan yaitu Z-score atau persentil.

Z-score : Deviasi nilai seseorang dari nilai medium populasi referensi dibagi dengan simpangan baku populasi referensi.

Persentil :Tingkatan posisi seseorang pada distribusi referensi (WHO/NSCH), yang dijelaskan dengan nilai seseorang sama atau lebih besar daripada nilai presentase kelompok populasi (Senbanjo *et al.*, 2011).

Z-score dapat dihitung dengan rumus menurut (Ginting *et al.*, 2022) adalah sebagai berikut:

$$Z - score = \frac{\text{Nilai pengukuran} - \text{Nilai median baku}}{\text{Nilai simpangan baku}}$$

Klasifikasi IMT pada IMT dapat dilihat pada Tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 7. Klasifikasi kriteria IMT (WHO, 2014)

Kategori IMT	Ambang Batas (z-Score)
Gizi buruk (sevellery thinness)	<-3 SD sampai < -2 SD
Gizi kurang (thinness)	-3 SD sampai < -2 SD
Gizi baik (normal)	-2 SD sampai +1 SD
Gizi lebih (overweight)	+1 SD sampai +2 SD
Obesitas (obese)	>+2 SD

Tabel 8. Acuan Kriteria IMT

Umur	Gizi Buruk (<- 3 SD)	Gizi Kurang (-3 SD s.d < - 2 SD)	Gizi Baik (- 2 SD s.d +1 SD)	Gizi Lebih (> +1 SD s.d +2 SD)	Obesitas (> +2 SD)
10 th	<13.4	13.4 - <14.2	14.2 - 19.5	> 19.5 - 22.6	> 22.6
11 th	<13.8	13.8 - <14.5	14.5 - 20.0	> 20.0 - 23.4	> 23.4
12 th	<14.2	14.2 - <15.0	15.0 - 21.0	> 21.0 - 24.8	> 24.8
13 th	<14.6	14.6 - <15.5	15.5 - 22.0	> 22.0 - 26.2	> 26.2

3.8.3 Teknik Pengumpulan Data Prestasi Belajar Siswa

Pengambilan nilai siswa diperoleh dari nilai rapor siswa pada semester ganjil. Data nilai tersebut diperoleh secara resmi dari pihak sekolah melalui wali kelas dengan seizin kepala sekolah. Nilai yang digunakan merupakan hasil evaluasi pembelajaran yang mencerminkan kemampuan siswa dalam aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Pengumpulan data dilakukan dengan metode dokumentasi guna memperoleh data yang valid.

3. 9. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan dengan analisis deskriptif untuk melihat masing-masing variabel yang diteliti.

3.9.1 Analisis Univariat

Analisis univariat adalah Teknik analisis data yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan karakteristik dari masing-masing variabel penelitian secara terpisah. Menurut (Wallen, 2023), analisis univariat bertujuan memberikan gambaran umum data sebelum dilakukan analisis lebih lanjut. Analisis dilakukan dengan menghitung frekuensi dan presentase dari masing-masing kategori.

3.9.2 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah sampel penelitian mengikuti distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, analisis uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan *Shapiro-Wilk Test* melalui software SPSS. Uji normalitas dilakukan terhadap IMT dan prestasi belajar siswa, dengan hipotesis sebagai berikut:

H_0 : Data berdistribusi normal

H_1 : Data tidak berdistribusi normal

Dengan dasar pengambilan keputusan pada pengujian ini yaitu:

1. Jika nilai *Asymp. Sig.* atau taraf signifikan $> 0,05$ maka H_0 diterima; yang berarti data dapat dianggap berdistribusi normal.
2. Jika nilai *Asymp. Sig.* atau taraf signifikan $< 0,05$, maka H_0 ditolak; yang berarti data dapat dianggap tidak berdistribusi normal.

3.9.3 Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara IMT dengan prestasi belajar, yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* jika data berdistribusi normal, atau uji korelasi *spearman* jika data tidak berdistribusi normal. Uji korelasi *pearson product moment* menggunakan rumus Arikunto, (2011) sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\} \{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N : Jumlah sampel

X : Skor IMT/U

Y : Skor nilai belajar

ΣXY : Jumlah hasil kali X dan Y

ΣX^2 : Jumlah kuadrat skor X

ΣY^2 : Jumlah kuadrat skor Y

Dengan pengambilan keputusan:

- a. Jika nilai signifikan (*Sig.*) $< 0,05$ maka terdapat hubungan antara IMT dan prestasi belajar.

- b. Jika nilai signifikan (*Sig.*) > 0,05) maka tidak terdapat hubungan antara IMT dan prestasi belajar.

Berikut adalah pedoman untuk mengukur kuat atau lemahnya hubungan dua variabel.

Tabel 9. Interpretasi nilai korelasi (Sugiyono, 2013)

Nilai Korelasi	Interpretasi
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Besar
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

V. KESIMPULAN

5. 1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan IMT dengan prestasi belajar siswa di Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat IMT siswa di Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima berada pada kategori baik. Hal ini ditunjukkan oleh jumlah siswa dengan IMT baik di masing-masing sekolah, yaitu 11 siswa (73,0%) di SD Negeri 22 Way Lima, 12 siswa (85,7%) di SD Negeri 1 Way Lima, dan 12 siswa (80,0%) di SD Negeri 24 Way Lima. Secara keseluruhan, sebanyak 35 siswa (79,5%) dari 44 siswa berada pada kategori gizi baik.
2. Tingkat prestasi belajar siswa di Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Way Lima berada pada kategori baik. Hal ini ditunjukkan oleh jumlah siswa dengan prestasi belajar baik di masing-masing sekolah, yaitu 6 siswa (40%) di SD Negeri 22 Way Lima, 13 siswa (92,9%) di SD Negeri 1 Way Lima, dan 10 siswa (66,7%) di SD Negeri 24 Way Lima. Secara keseluruhan, sebanyak 29 siswa (65,9%) dari 44 siswa memiliki prestasi belajar kategori baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri di kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran dengan nilai signifikansi sebesar 0,041.

5. 2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu :

1. Bagi siswa, diharapkan dapat memperhatikan pola makan yang sehat dan seimbang agar IMT tetap terjaga.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi prestasi belajar siswa, seperti motivasi belajar, lingkungan keluarga, serta metode pembelajaran.
3. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian yang diperoleh lebih representative dan memiliki tingkat generalisasi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamnia, T. T., Sargent, G. M., & Kelly, M. (2023). Dietary Patterns and Associations With metabolic risk factors for non-communicable disease. *Scientific Reports*, 13(1), 1–11.
- Anggreny, D. E., & Meiranti. (2023). Pengaruh IMT Dengan Konsentrasi Belajar Siswa di SD Negeri 2 Sumber Marga Telang. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 128–134.
- Arikunto. (2011). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bumi Aksara Jakarta.
- Asmare, B., Taddele, M., Berihun, S., & Wagnew, F. (2018). Nutritional status and correlation with academic performance among primary school children, northwest Ethiopia. *BMC Research Notes*, 11(1), 1–6.
- Budianita, E., & Novriyanto. (2015). Klasifikasi IMT Balita Berdasarkan Indikator Antropometri Berat Badan Menurut Umur Menggunakan Learning Vector Quantization. (*Seminar Nasional Teknologi Informasi, Komunikasi dan Industr*) *SNTIK*, November, 213–220.
- Cahyanto, E. B., Mulyani, S., Nugraheni, A., Sukamto, I. S., & Musfiroh, M. (2021). Hubungan IMT dan Prestasi Belajar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 9(1), 124.
- Candra, A. (2020). Pemeriksaan IMT. In *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang*.
- Coimbra, M., Cody, R., Kreppke, J. N., & Gerber, M. (2021). Impact Of a Physical Education-based Behavioural Skill training program on cognitive antecedents and exercise and sport behaviour among adolescents: a cluster-randomized controlled trial. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 16–35.
- Deevona, N. W., Syampurma, H., Umar, A., & Edwarsyah, E. (2023). Hubungan IMT Dengan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. *Jurnal JPDO*, 6(4), 47–53.

- Dewi, A. P. (2024). *Gizi Olahraga*. Aksara, Eureka Media.
- Effendy, F. (2017). IMT dan Hubungannya dengan Tingkat Prestasi Belajar Peserta Didik Kelas X Di SMKN 2 Indramayu. *Sportif*, 3(2), 115.
- Fauzan, M. A., Nurmalasari, Y., & Anggunan, A. (2021). Hubungan IMT dengan Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 105–111
- Fikriyah, Siti Nur. (2021). Analisis Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Kelas 3 di Sekolah Dasar Negeri Tajem. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 200-207.
- Fikriyana, R. N. S., Surlany, R. S., & Indrawati, L. (2024). Hubungan IMT Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(2), 1955–1956.
- Fitriani, R., Rahmad, R., & Nurfadillah, N. (2020). Hubungann IMT dengan PPerkembangan Anak Usia 3-5 Tahun di Kota Banda Aceh. *Jurnal Dunia Keperawatan*, 8(1).
- Ginting, S. L., Ginting, Y. R., & Diansyah, M. A. (2022). Metode Z-Score untuk Menentukan IMT Balita: Aplikasi Berbasis Android. *Jurnal Sarjana Teknik Informatika*, 10(3), 149–161.
- Gole, D. C. W. dkk. (2024). The Relationship Between Nutritional Status and Academic Achievement of Fifth Grade Students of Tegalrejo 1 State Elementary School. *Journal of Nursing Culture and Technology*, 1(2), 31–40.
- Hakim, A. L. (2011). Pengaruh Pendidikan Anak Usia Dini terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar di Kabupaten dan Kota Tangerang. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 17(5).
- Hasanah, Aswatun. (2020). Perbedaan Perkembangan Moral Anak Laki-laki dan Anak Perempuan pada Usia Sekolah Dasar (Analisis Psikologi Perkembangan). *Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak*, 15(1), 41-48.
- Ikma, N. (2013). Hubungan IMT Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Dan Vi Mi Wijaya Kusuma Lenteng Agung Jakarta Tahun 2013 Oleh : Nurul Ikma *Hubungan IMT dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V dan VI MI Wijaya Kusuma Lenteng Agung Jakarta Tahun 2013*.
- Insan, R. W. A., & Intan. K. (2021). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Pendidikan dan Dakwah*, 2(2), 180-193.
- Juhairiah. (2023). *Meningkatkan Kemampuan Guru Dalam menetapkan kriteria ketercapaian tujuan Pembelajaran (KKTP) Melalui workshop intern sekolah di SDN Karang Bayat 01 Sumber Baru*. *Jurnal Simki Postgraduate*, 2(3), 190–200.

- Kadir, S. (2021). *Gizi Masyarakat*. Absolute Media.
- Kamilah, S. N., Supriati, R., Haryanto, H., Sipriyadi, & Atmaja, V. Y. (2022). Pemeriksaan IMT berdasarkan Nilai Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 159 Bengkulu Utara. *Indonesian Journal of Community Empowerment and Service (ICOMES)*, 2(2), 95–100.
- Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan IMT Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211.
- Kemendikbudristek. (2024). *Panduan Pembelajaran dan Asesmen*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kemenkes RI. (2015). Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. In *Gastronomía ecuatoriana y turismo local*. (Vol. 1, Nomor 69).
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). Kepmenkes RI No. 1995/MENKES/SK/XII/2010 Tentang Standar Antropometri Penilaian IMT Anak. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 95, Nomor 4, hal. 458–465).
- Lavelle, G., Noorkoiv, M., Theis, N., Korff, T., Kilbride, C., Baltzopoulos, V., Shortland, A., Levin, W., & Ryan, J. M. (2020). Validity of the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF) as a measure of physical activity (PA) in young people with cerebral palsy: A cross-sectional study. *Physiotherapy (United Kingdom)*, 107, 209–215.
- Lestari, I., Septiani, W., & Harnani, Y. (2021). Hubungan IMT Dan Sarapan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Perhentian Raja Kabupaten Kampar. *Media Kesmas (Public Health Media)*, 1(2), 182–191.
- Marinda, Leny. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jan Piaget dan Problematikanya pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kajian Perempuan & Keislaman*, 1(13), 28-37.
- Masilela, L. N., & Modjadji, P. (2023). Child Nutrition Outcomes and Maternal Nutrition-Related Knowledge in Rural Localities of Mbombela, South Africa. *Children*, 10(8), 1–17.
- Maulana, tagha ichwan, Rahman, A. A., & Mulyanto, R. (2024). The Relationship Of Nutritional Status To Pediatric Learning Achievement In Primary School-Age Children. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik> *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(02), 124–134.
- Momongan, M. M. H., Punuh, M. I., & Kawatu, P. A. T. (2016). Hubungan Antara IMT Dengan Prestasi Belajar Siswa Sma Negeri 7 Manado. *Pharmacon*, 5(2), 127–132.
- Nani Apriani Natsir Djide, S.Gz., M. K. M., Nikita Welandha Prasiwi, S.Tr.Keb.,

- M. G., Yanuarti Petrika, S.Gz., M., & Irma, SKM, M. K. (2025). Buku Ajar Penilaian IMT. In *Buku Ajar Penilaian IMT*.
- Nauli Thaib, E. (2013). Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 13(2), 384–399.
- Nugraha, A., Rahmawati, L., & Yuliani, D. (2023). Peran Gizi dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan Dasar di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(1), 12-21.
- Nurhayati, N., Lestari, T., Win Afgani, M., & Isnaini, M. (2025). Correlational Research (Penelitian Korelasional). *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(3), 8–2.
- Pambudhi, Y. A., Mardiana, N., Yusuf, M., Syam, F., Dusra, E., Rifandi, A., Mulyani, Qalbi, L. O. S., Susanti, M., Herik, E., Yunita, A., Nasa, A. F., & Izaac, F. A. (2024). Psikologi Pendidikan. In *Eureka Media Aksara*.
- Parnawi, A. (2019). *Psikologi Belajar* (Nomor CV Budi Utama, Yogyakarta).
- Pasaribu, B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi Penelitian Untuk Ekonomi dan Bisnis. In *UUP Academic Manajemen Perusahaan YKPN*.
- Permenkes. (2020). Standar Antropometri Anak. *Peraturan Menteri Kesehatan Reoublik Indonesia*, 53(1), 1–9.
- Purba, D. H., Kushargina, R., Ningsih, W. I. F., Lusiana, S. A., Rasmaniar, T. L., Triatmaja, N. T., Purba, A. A. M. V., Hapsari, S. W., Asrianto, & Utami, N. (2021). Kesehatan dan Gizi Untuk Anak. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Nomor Mi).
- Putri, N. D., & Suryani, T. (2020). Pengaruh IMT Terhadap Kemampuan Kognitif Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 27(1), 45-53.
- Rachmawati, D., & Andriani, E. (2021). Hubungan Antara IMT dengan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 89-96.
- Rasyid, M. F. A. (2021). Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT). *Jurnal Medika Utama*, 2(4), 1094–1097.
- Rostikawaty, D. I. dkk. (2025). Jurnal Keperawatan Mersi. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 8(1), 28–31.
- Senbanjo, I. O., Oshikoya, K. A., Odusanya, O. O., & Njokanma, O. F. (2011). *Prevalence of and Risk factors for Stunting among School Children and Adolescents in Abeokuta, Southwest Nigeria Idowu*. 29(4), 364–370.
- Sharma, P., Budhathoki, C. B., Maharjan, R. K., & Singh, J. K. (2023).

Nutritional status and psychosocial stimulation associated with cognitive development in preschool children: A cross-sectional study at Western Terai, Nepal. *PLoS ONE*, 18(3 March), 1–14.

Simanjuntak, I.J., dkk. 2025. Karakteristik Perkembangan Kognitif, Sosial, dan Moral Masa Anak. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik*, 2(1), 50–59.

Sudirman, S., & Hendriani, S. (2022). Upaya Peningkatan Prestasi Siswa Di Smp Negeri 7 Sawalunto. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 1(2), 294–300.

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R and D. In *Bandung: Alfabeta* (Vol. 3, Nomor April).

Sukmawati, E., Mardiyah, S., & Anwar, N. (2021). Pengaruh Asupan Gizi terhadap Pertumbuhan Fisik dan Perkembangan Kognitif Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 56–65.

Supariyadi, T., Mahfud, I., & Aguss, R. M. (2015). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes. *JUPE (Jurnal Penjasorkes)*, 2(2), 60–71.

Syafi'i, A., Marfiyanto, T., & Rodiyah, S. K. (2018). Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa Dalam Berbagai Aspek Dan Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 115.

Tanjung, W. U., & Namora, D. (2022). Kreativitas Guru dalam Mengelola Kelas untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa di Madrasah Aliyah Negeri. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, 7(1), 199–217.

Tariku, A., Belew, A. K., dkk. (2019). Stunting and Its Determinants among Adolescent Girls: Findings from the Nutrition Surveillance Project, Northwest Ethiopia. *Ecology of Food and Nutrition*, 58(5), 481–494.

Thaib, E. N. (2013). Hubungan Anatara Prestasi Belajar dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, XIII(2), 384–399.

Usni, Z. H., Palmizal, M., & Asifa, A. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT), Berat Badan Menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB) di Desa Donomulyo. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 10, 19–24.

Wallen, J. R. F. and N. E. (2023). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York.