

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hubungan erat antara makanan dengan kesehatan manusia telah lama diakui keberadaannya. Sejak tahun 1970 para pembuat kebijakan pembangunan didunia menyadari bahwa arti makanan lebih luas dari sekedar untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan saja. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, hal mana merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi ternyata sangat berpengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja manusia. Agar perencanaan upaya peningkatan status gizi penduduk dapat dilakukan dengan baik, semua aspek yang berpengaruh perlu dipelajari termasuk aspek pola pangan, sosio-budaya, dan pengaruh konsumsi makanan terhadap status gizi (Almatsier, 2003).

Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi. Berbagai faktor yang melatarbelakangi kedua faktor tersebut misalnya faktor ekonomi, keluarga produktivitas dan kondisi perumahan. Anak yang sedang dalam usia duduk dibangku sekolah

memerlukan lebih banyak asupan makanan sesuai untuk menunjang prestasi mereka dibangku sekolah (Suhardjo, 2003).

Keadaan kesehatan gizi tergantung dari tingkat konsumsi. Tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas hidangan. Kualitas hidangan menunjukkan semua zat gizi yang diperlukan tubuh di dalam susunan hidangan dan perbandingan yang satu terhadap yang lain. Kalau susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari sudut kualitas maupun kuantitas, maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan gizi yang sebaik – baiknya (Sediaoetama, 1996).

Keadaan gizi juga akan mempengaruhi kemampuan anak dalam mengikuti pelajaran di sekolah dan akan mempengaruhi prestasi belajar. Penelitian kaitan indeks prestasi dengan status gizi anak : studi kasus anak di Kabupaten Nabire oleh Wilma (2006) menemukan bahwa semakin rendah status gizi siswa semakin rendah pula nilai prestasi mereka. Penelitian Huwae (2005) menyatakan terdapat hubungan yang erat antara status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar yaitu semakin tinggi status gizi siswa maka akan semakin tinggi pula prestasi belajar mereka

Kekurangan gizi berakibat meningkatnya angka kesakitan dan menurunnya produktivitas kerja manusia. Hal ini berarti akan menambah beban pemerintah untuk meningkatkan fasilitas kesehatan, kekurangan gizi berakibat menurunnya kualitas kecerdasan manusia muda yang pandai yang sangat dibutuhkan dalam pembangunan bangsa, dan kurangnya gizi berakibat menurunnya daya tahan manusia untuk bekerja, yang berarti menurunnya

produktivitas kerja manusia. Gizi kurang pada anak di usia muda membawa dampak anak mudah menderita kelainan mental, sukar berkonsentrasi, dan prestasi belajar menjadi rendah. Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa gizi buruk dapat menyebabkan pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan terganggu disamping itu gizi kurang pada anak juga dapat membuat anak menjadi kurus, pertumbuhan terhambat. Hal ini terjadi karena kurangnya produksi protein dan kurangnya energi yang diperoleh dari makanan (Moehji, 2003). Protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain, yaitu membangun serta memelihara sel-sel dan jaringan tubuh (Almatsier, 2001).

Pada masa usia remaja biasanya membutuhkan kalori yang cukup tinggi karena pada umumnya aktivitas diluar rumah padat. Selain dengan setumpuk kegiatan yang ada disekolah, pada umumnya juga para remaja usia sekolah aktif diluar kegiatan sekolah seperti olah raga, mengikuti kursus-kursus, dan mungkin sebagian kecil bekerja. Menurut penelitian Intan (2005) biasanya para remaja usia 15 – 17 senang dengan pola makan yang tidak sehat misalnya makanan cepat saji, *soft drink*, mie instant sehingga menimbulkan efek yang kurang bagus terhadap kesehatan mereka. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk meneliti pola makan remaja terutama yang sedang duduk dibangku SMA yang rata-rata berusia 16-17.

Salah satu cara menilai kualitas seorang siswa adalah dengan melihat prestasi belajarnya di sekolah. Prestasi yang dicapai oleh seorang siswa dapat menunjukkan hasil dari proses belajar dan dapat dipakai sebagai ukuran untuk

mengetahui sejauh mana mereka dapat menguasai pelajaran yang sudah diajarkan atau dipelajari. Hasil prestasi belajar ini biasanya bersifat dokumentatif yang dinyatakan dengan nilai rapor. Proses belajar yang dilakukan seseorang merupakan suatu proses yang sangat kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor baik dari diri sendiri maupun dari luar diri manusia tersebut (Soemantri, 1978).

Kehadiran program akselerasi dilatarbelakangi oleh realitas hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh Balitbang, Depdiknas. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 20 SMA unggulan di Indonesia, didapatkan hasil siswa yang tergolong berkemampuan dan berkecerdasan luar biasa sebesar 19,7% dan lebih dari 70% berkemampuan baik (Depdiknas:2001). Dengan alasan tersebut, sehingga Mendiknas meluncurkan Program Percepatan Belajar (PPB) atau lebih dikenal dengan sebutan program akselerasi pada SD, SMP, dan SMA. Program akselerasi kini telah berjalan beberapa tahun pada sekolah yang menyelenggarakannya dan telah tersedia beberapa penelitian dalam berbagai jenis untuk diungkapkan.

SMA N 2 Bandar Lampung merupakan salah satu sekolah terbaik dengan menggunakan kurikulum tingkat satuan pendidikan dan berstatus sebagai SMA RSBI (Rintisan Sekolah Berstandar Internasional) dengan nilai akreditasi 96 ([www.ban-sm.or.id](http://www.ban-sm.or.id)). SMA N 2 Bandar Lampung mempunyai kelas akselerasi dan non akselerasi. Sama dengan sekolah lain, kelas non akselerasi ditempuh selama tiga tahun sedangkan non akselerasi ditempuh selama dua tahun. Sekolah ini merupakan pelopor kelas akselerasi di kota

Bandar Lampung. Tidak sembarang orang yang bisa masuk kedalam kelas akselerasi, harus melalui seleksi yang ketat. Pada umumnya kelas akselerasi mempunyai jadwal yang padat setiap harinya,, karena materi pelajaran tiga tahun harus diselesaikan selama dua tahun, oleh sebab itu siswa kelas akselerasi membutuhkan asupan nutrisi yang baik untuk menunjang aktivitas mereka. Dengan alasan inilah sehingga penulis tertarik untuk melihat hubungan asupan energi, asupan protein, dan status gizi dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi dan mengambil lokasi penelitian di SMA N 2 Bandar Lampung.

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa faktor gizi sangat berpengaruh bagi pertumbuhan dan perkembangan otak. Keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan zat gizi, khususnya energi dan protein sangat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan, kecerdasan, kesehatan, aktivitas anak, dan hal-hal lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan asupan energi, asupan protein, dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.

## **B. Rumusan Masalah**

Pola makan yang baik akan berdampak pada status gizi yang baik juga. Gizi yang baik adalah gizi yang seimbang, artinya asupan gizi harus sesuai dengan kebutuhan tubuh. Gizi buruk pada anak usia dini membawa dampak anak sukar berkonsentrasi, prestasi belajar menjadi rendah, pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan terganggu, hal ini disebabkan karena kurangnya produksi protein dan kurangnya energi yang diperoleh dari makanan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wilma (2006) di Kabupaten Nabire mengenai kaitan indeks prestasi dengan status gizi anak menemukan bahwa semakin rendah status gizi siswa semakin rendah pula nilai prestasi mereka. Salah satu cara menilai kualitas seorang anak adalah dengan melihat prestasi belajarnya di sekolah, dimana prestasi yang dicapai oleh seorang anak dapat menunjukkan hasil dari proses belajar dan dapat dipakai sebagai ukuran untuk mengetahui sejauh mana mereka dapat menguasai pelajaran yang sudah diajarkan atau dipelajari, dan hasil prestasi belajar yang diperoleh dinyatakan dengan nilai rapor.

Masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan antara asupan energi, asupan protein, dan status gizi dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi kelas XII IPA SMA N 2 Bandar Lampung”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan asupan energi, asupan protein, dan status gizi terhadap prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi di SMA N 2 Bandar Lampung.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Menganalisis hubungan asupan energi dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
2. Menganalisis hubungan asupan energi dengan tingkat prestasi akademik siswa non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
3. Menganalisis hubungan asupan protein dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
4. Menganalisis hubungan asupan protein dengan tingkat prestasi akademik siswa non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
5. Menganalisis hubungan status gizi dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
6. Menganalisis hubungan status gizi dengan tingkat prestasi akademik siswa non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
7. Menganalisis pengaruh asupan energi, asupan protein, status gizi terhadap tingkat prestasi siswa akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
8. Menganalisis pengaruh asupan energi, asupan protein, status gizi terhadap tingkat prestasi siswa non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat bagi penulis

Mendapatkan pengalaman langsung dalam merencanakan penelitian, melaksanakan penelitian dan menyusun hasil penelitian mengenai hubungan asupan energi, asupan protein, dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi tahun ajaran 2011/2012.

2. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan tambahan informasi penelitian yang berkaitan dengan hubungan asupan energi, asupan protein, dan status gizi dengan tingkat prestasi akademik siswa akselerasi dan non akselerasi.

3. Bagi Masyarakat

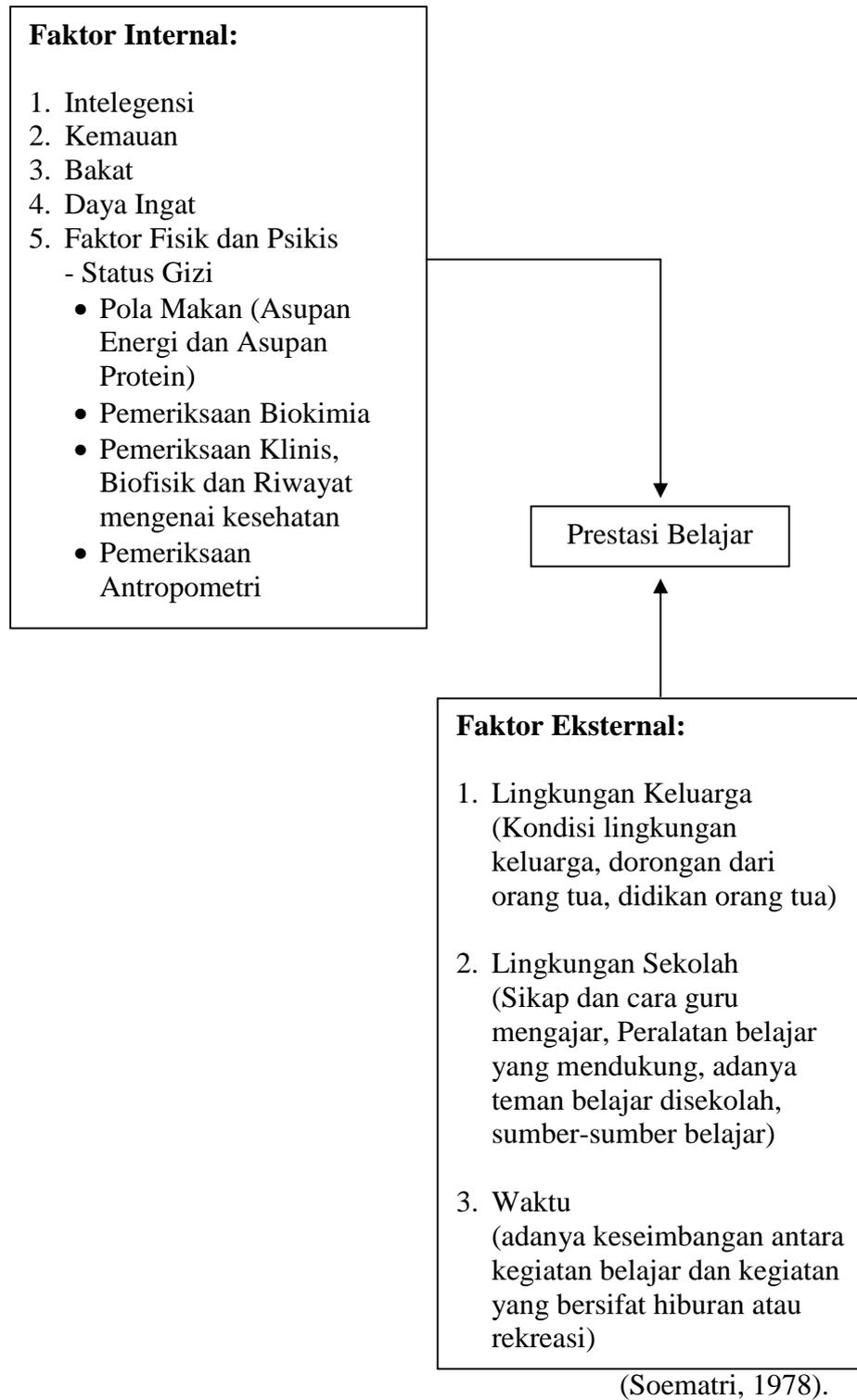
Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para orang tua akan pentingnya mengatur pola makan dan gizi yang seimbang seorang anak untuk mendukung kecerdasan anak.

4. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi institusi pendidikan yang bersangkutan, staf pendidik dan pengajar untuk memperhatikan keadaan status gizi dan pola makan siswa usia sekolah.

## E. Kerangka Penelitian

### 1. Kerangka Teori

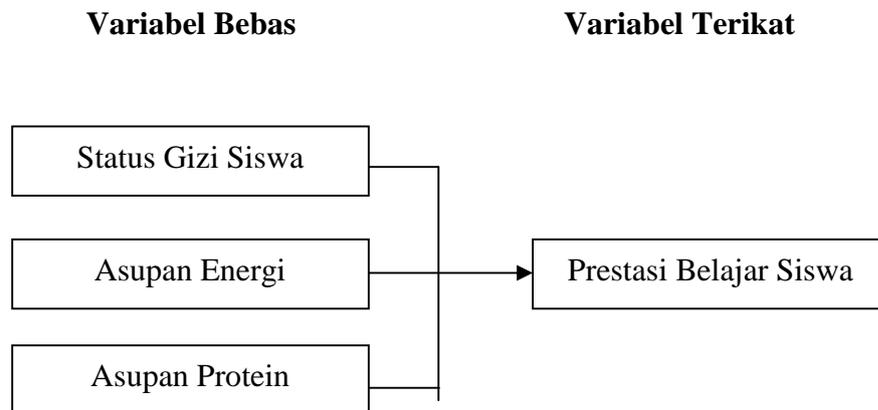


**Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.**

Secara garis besar, faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar dapat dipengaruhi oleh dua bagian besar yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri. Faktor internal meliputi intelegensi yang merupakan tingkat kecerdasan dasar yang memang berpengaruh besar terhadap keberhasilan belajar seseorang, kemauan yang merupakan motor penggerak utama yang menentukan keberhasilan seseorang dalam setiap segi kehidupannya, Bakat yang merupakan faktor penunjang keberhasilan seseorang dalam bidang tertentu, daya ingat yaitu sebagai kemampuan untuk memasukkan, menyimpan, dan mengeluarkan kembali suatu kesan, dan faktor keadaan fisik dan psikis yang berpengaruh terhadap pertumbuhan dan stabilitas mental siswa.

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu itu sendiri. Faktor eksternal meliputi faktor lingkungan keluarga yang merupakan faktor lingkungan utama yang menentukan perkembangan pendidikan seorang anak, faktor lingkungan sekolah yang merupakan penunjang didalam belajar serta tata tertib dan disiplin yang ditegakkan secara konsekuen dan konsisten, dan faktor waktu untuk menyeimbangkan waktu untuk bermain dan belajar.

## 2. Kerangka Konsep



**Gambar 2. Kerangka Konsep**

Secara umum banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, dalam penelitian ini, peneliti hanya meneliti faktor fisik dan psikis, khususnya mengenai status gizi dan konsumsi pangan yaitu pola makan terutama dalam asupan energi dan protein saja yang mempengaruhi prestasi belajar, padahal tidak tertutup kemungkinan terdapat beberapa faktor yang juga berpengaruh terhadap prestasi belajar seorang anak, misalnya Intelegensi (IQ), bakat, dan lingkungan keluarga. Faktor ini tidak diteliti karena keterbatasan peneliti dan kesulitan memperoleh data karena sifatnya sangat subyektif tiap individu dan juga memerlukan beberapa tes dan bantuan psikolog untuk menentukan kecerdasan (IQ) seorang anak. Faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi proses dan prestasi belajar, meliputi guru, materi, dan alat-alat pelajaran, sarana dan fasilitas sekolah adalah sama untuk masing-masing kelas.

## **F. Hipotesis**

Hipotesis Penelitian ini:

1. Terdapat pengaruh antara status gizi, asupan energi dan protein terhadap prestasi belajar siswa di SMA N 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2011/2012.
  - Ada hubungan antara status gizi, asupan energi, asupan protein terhadap prestasi belajar siswa akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.
  - Ada hubungan antara status gizi, asupan energi, asupan protein terhadap prestasi belajar siswan non akselerasi SMA N 2 Bandar Lampung.