

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada kelompok usia remaja yang memiliki masa aktif dalam pertumbuhan dan perkembangannya dari segi fisik, mental dan kemampuan sosial memerlukan zat gizi yang baik. Asupan gizi yang diberikan, akan berdampak terhadap performa belajar. Berdasarkan data RISKESDAS, 2018 didapatkan data masalah gizi kalangan remaja awal dengan usia 12-16 tahun di Indonesia sebanyak 72,3% gizi normal, 25,7% gizi kurang dan 8,7% gizi buruk, dan 16% obesitas. Sedangkan usia 16-18 tahun di Rusia 68,8% gizi normal, 26,9% gizi kurang, 8,1% gizi buruk, dan 16% obesitas.¹

Dampak masalah gizi yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, status gizi ini dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi dalam tubuh. Apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi maka akan tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum yang baik². Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi status gizi seperti asupan makanan, penyakit, pelayanan kesehatan, lingkungan, tingkat pendidikan. Dampak masalah gizi yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, status gizi ini dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi dalam tubuh. Apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi maka akan tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum yang baik. Nutrisi yang adekuat untuk tubuh berperan penting dalam kesehatan tubuh secara umum. Sebagai contoh konsumsi kolin yang merupakan komponen structural membrane sel dan berperan dalam sintesis fosfolipid dapat membantu perkembangan otak yang lebih baik. Selain kolin, Asam lemak Omega-3 juga merupakan nutrisi yang penting dalam membantu pembentukan neuron dan sinapsis yang penting untuk fungsi kognitif. Pola makan yang sehat dapat meningkatkan produksi neuron baru yang disebut dengan

neurogenesis. Apa yang kita makan juga dapat mempengaruhi plastisitas sinaptik otak, yang merupakan ukuran jumlah koneksi antar neuron (Li et al., 2023). Apabila anak atau remaja mengonsumsi makanan yang kurang bergizi, akibatnya perkembangan saraf-saraf dalam otak tidak sempurna sehingga menimbulkan kondisi kurang responsive, tidak bahagia, gelisah, mudah cemas, tidak ceria, konsentrasi buruk yang pada akhirnya berdampak pada hasil nilai belajar yang buruk.³

Salah satu faktor yang mempengaruhi nilai hasil belajar adalah status gizi, kesehatan dapat terganggu jika asupan gizi yang masuk tidak seimbang dengan kegiatan belajar, dengan kata lain asupan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap nilai hasil belajarnya⁴. Terdapat klasifikasi status gizi menurut WHO²⁰ yaitu : *Underweight* dengan BMI 18,49 kg / m², *Normoweight* yaitu rentang BMI 18,50 kg / m²- 24,99 kg / m², *Overweight* setara dengan BMI 25 kg / m² dan *Obesity*: setara dengan BMI 30 kg / m². Pengukuran status gizi dapat dilakukan dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Alat ukur yang digunakan adalah *stature* meter timbangan berat badan. Nilai hasil belajar yang diperoleh remaja awal akan dinilai dengan nilai hasil rapor ganjil nilai baik (86-100), sedang (85-75) dan buruk (74-55).

Terdapat hasil penelitian dari Siti,2016 di SD taman siswa mengenai hubungan status gizi dengan prestasi nilai hasil belajar yang menunjukkan adanya hubungan bermakna⁵.

Hasil penelitian yang dilaporkan oleh Rawung,2018 melaporkan hasil penelitiannya mengenai hubungan antara status gizi terhadap nilai prestasi belajar di SD Katolik St. Fransiskus KotaTomoho bahwa berdasarkan indeks IMT/U², yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan antara status gizi siswa terhadap nilai prestasi belajar.⁶

Terdapat perbedaan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan status gizi dengan nilai hasil belajar pada anak SD usia 7-11 tahun. Dengan demikian masih perlu dilakukan penelitian hubungan antara status gizi terhadap nilai hasil belajar pada remaja awal 12-16 tahun di SMP BKKK Tangerang yang merupakan sekolah swasta.

1.2 Rumusan Masalah

Walaupun telah banyak dilakukan penelitian mengenai hubungan antara status gizi dengan nilai prestasi belajar, namun terdapat perbedaan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan status gizi dengan nilai hasil belajar pada anak SD usia 7-11 tahun. Dengan demikian masih perlu dilakukan penelitian hubungan antara status gizi terhadap nilai hasil belajar pada remaja awal 12-16 tahun di SMP BKKK Tangerang yang merupakan sekolah swasta.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara status gizi yang dinilai dengan indeks massa tubuh dengan nilai hasil belajar yang dinilai melalui hasil rapor pada remaja awal di SMP BKKK Tangerang?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui status gizi pada kelompok remaja awal
2. Mengetahui nilai hasil belajar pada kelompok remaja awal
3. Mengetahui pola makan pada kelompok remaja awal
4. Mengetahui hubungan status gizi antara nilai hasil belajar pada kelompok remaja awal

1.4.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi yang dinilai dengan indeks massa tubuh dengan nilai hasil belajar yang dinilai melalui hasil rapor ganjil pada remaja awal di SMP BKKK Tangerang.

1.5 Manfaat Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi yang dinilai dengan indeks massa tubuh dengan nilai hasil belajar yang dinilai melalui hasil rapor ganjil pada remaja awal di SMP BKKK Tangerang.

1.5.1 Akademik

Dari segi akademik untuk memberitahukan pengetahuan mengenai pengaruh antara status gizi dengan nilai hasil belajar di SMP BKKK Tangerang, sehingga dapat mendukung penemuan dari peneliti sebelumnya, memberikan informasi pembelajaran kepada siswa/i SMP dan orangtua serta peningkatan pengetahuan masyarakat.

1.5.2 Praktis

Dalam segi praktis, untuk memberikan arahan kepada penelitian selanjutnya mengenai ada atau tidaknya hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar anak yang didapatkan oleh peneliti.

