

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TINGKAT PRESTASI BELAJAR
PADA SISWA KELAS X SMK NEGERI 2 INDRAMAYU**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



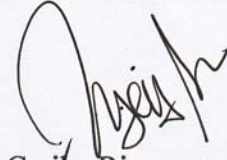
Oleh:
Fauzan Effendy
08603141021

PRODI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JUNI 2012

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu” yang disusun oleh Fauzan Effendy, NIM: 08603141021, ini telah disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 15 Mei 2012
Dosen Pembimbing,



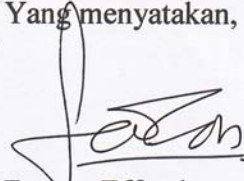
Cerika Rismayanthi, M.Or.
NIP 19830127 200604 2 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 03 Mei 2012

Yang menyatakan,



Fauzan Effendy

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu” yang disusun oleh Fauzan Effendy, NIM: 08603141021, ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 11 Juni 2012 dan dinyatakan lulus.



Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Cerika Rismayanthi, M.Or.	Ketua Penguji		20/06-2012
Sulistiyono, M.Pd.	Sekretaris Penguji		18/06/12
dr. Prijo Sudibjo, M.Kes, Sp.S.	Anggota III		18/06/12
dr. H. M. Noerhadi, M.Kes.	Anggota IV		18/06/12

Yogyakarta,Juni 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP 19600824 198601 1 001

MOTTO

- ❖ Kesuksesan bukan dilihat dari apa yang sudah dimiliki, tapi sukses adalah bisa mewujudkan cita-cita semasa kanak-kanak dahulu.
- ❖ Tidak ada kesempatan kedua untuk mendapatkan kesan pertama.
- ❖ Hidup adalah sebuah pilihan.
- ❖ Mencemaskan masa depan adalah hal yang tidak bermanfaat, karena membuat seseorang melupakan hari ini.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan spesial kepada Bapak, Ibu, dan semua keluarga yang tanpa henti mendoakan dan memberikan semangat. Seluruh Karyawan dan Guru Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu yang telah memberikan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam penelitian ini, serta tidak lupa murid kelas X yang telah berkenan untuk meluangkan waktu demi ikut berpartisipasi dalam penelitian ini. Teman-teman Ikora 2008 yang telah berjuang bersama selama 4 tahun ini, sukses selalu buat kalian. Jasa kalian tidak akan penulis lupakan. Terima kasih banyak atas segala bantuan dan doanya.

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TINGKAT PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS X SMK NEGERI 2 INDRAMAYU

Oleh:
Fauzan Effendy
08603141021

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan karena belum diketahui hubungan antara status gizi dan prestasi belajar pada siswa kelas X SMK Negeri 2 Indramayu, serta sebagai sumber informasi untuk guru dan orang tua siswa tentang status gizi anak beserta kaitannya dengan tingkat prestasi belajar. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu Kecamatan Indramayu, Kabupaten Indramayu.

Penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif yang termasuk jenis penelitian analitik survei dengan pendekatan *crosssectional*. Teknik *Sampling* yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 102 siswa kelas X di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu, Kecamatan Indramayu, Kabupaten Indramayu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu. Pengumpulan status gizi diperoleh dari data pengukuran berat badan dan tinggi badan, yang kemudian diolah menggunakan program *Nutrisurvey 2005 Indonesian Versions* untuk mengetahui indeks masa tubuh (IMT) siswa, sedangkan prestasi belajar diperoleh dengan mengambil nilai rata-rata rapor siswa semester I. Uji statistik yang digunakan yaitu uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi sebesar 0,05 (5%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang kuat antara status gizi dan tingkat prestasi belajar siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu. Dari hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar (r_{xy}) sebesar $0,125 > r$ tabel (0,195). Hal ini diduga karena masalah gizi siswa di SMK N 2 Indramayu masih dalam tahap ringan sehingga tidak mempengaruhi prestasi belajar, selain itu dikarenakan ada faktor lain yaitu faktor psikologi (minat, bakat, motivasi), faktor sosial, dan pendekatan belajar (metode dan strategi belajar), yang lebih kuat daripada status gizi yang mampu mempengaruhi prestasi belajar siswa di SMK N 2 Indramayu.

Kata kunci: Status gizi dan prestasi belajar

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Indramayu” sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga starata satu (S1).

Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Cerika Rismayanthi, M.Or. selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Atas sumbangan motivasi yang diberikan.
3. Bapak Yudik Prasetyo, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi. Atas dorongan moril dan semangat yang diberikan kepada penulis sehingga bisa sampai pada tahap ini.
4. Bapak Bambang Priyonoadi, M.Kes. selaku Penasihat Akademik. Atas nasehat-nasehat yang pernah diberikan kepada penulis.

5. Para Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Kepala Sekolah dan Guru Olahraga SMK Negeri 2 Indramayu, yang telah memberikan izin serta kerja sama dalam pengambilan data penelitian.
7. Orang tua yang selalu mendoakan dan bekerja keras agar anaknya sukses.
8. Rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Di samping itu, penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan referensi untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, 15 Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	10
A. Status Gizi	10
1. Definisi Status Gizi	10
2. Klasifikasi Status Gizi	16
3. Kandungan Zat Gizi	22
4. Asupan Ideal	38
B. Prestasi Belajar	40
1. Definisi Prestasi Belajar	40
2. Jenis dan Indikator Prestasi Belajar	46
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	50
C. Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar	53
D. Penelitian yang Relevan	54
E. Kerangka Berfikir	56
F. Hipotesis Penelitian	58
BAB III. METODE PENELITIAN	59

A. Desain Penelitian	59
B. Tempat dan Waktu Penelitian	59
C. Definisi Operasional Penelitian.....	59
1. Status Gizi	59
2. Prestasi Belajar	60
D. Populasi dan Sampel Penelitian	60
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	63
1. Instrumen Mengukur Status Gizi	63
2. Instrumen Mengukur Prestasi Belajar	64
F. Teknik Analisis Data	65
1. Analisis Deskriptif	65
2. Analisis Statistik	65
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Deskripsi Lokasi, Waktu, dan Subjek Penelitian	66
B. Deskripsi Hasil Penelitian	66
1. Status Gizi	66
2. Prestasi Belajar	68
C. Analisis Data	69
1. Uji Normalitas	69
2. Uji Linieritas	70
3. Uji Hipotesis	70
D. Pembahasan	71
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Implikasi.....	75
C. Keterbatasan Penelitian	76
D. Saran-Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Zat Esensial Gizi yang Diperlukan Tubuh.....	23
Tabel 2. Klasifikasi Asam Amino.....	27
Tabel 3. Pola Menu Sehari (Satuan Penukar)	38
Tabel 4. Jenis dan Indikator Prestasi Belajar	49
Tabel 5. Klasifikasi Status Gizi.....	60
Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Status Gizi	67
Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Prestasi Belajar	68
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas	69
Tabel 9. Hasil Uji Korelasi.....	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keadaan Gizi	12
Gambar 2. Metode Penilaian Status Gizi	15
Gambar 3. Faktor Penyebab Gizi Kurang	19
Gambar 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses dan Prestasi Belajar	53
Gambar 5. Kerangka Berfikir.....	57
Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Status Gizi.....	67
Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Prestasi Belajar	68

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Penelitian	80
Lampiran 2. Statistik Penelitian	84
Lampiran 3. Output Nutrisurvey	93
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	95
Lampiran 5. Keterangan Uji Tera	96
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian	97
Lampiran 7. Foto Dokumentasi Penelitian.....	98
Lampiran 8. Sticker Tanda Tera dari Balai Metrologi.....	100