

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pada tahun 2010 jumlah penduduk Indonesia 26,67% remaja. Apabila pada masa remaja menuju dewasa cenderung baik maka akan menghasilkan generasi mendatang yang lebih berkualitas (BKKBN, 2011). Anak dengan gizi baik akan menjadi aset dan investasi sumber daya manusia yang baik untuk bangsa di masa mendatang. Oleh karena itu, pengetahuan dan perilaku ibu perlu ditingkatkan dalam membentuk keluarga sadar gizi (Depkes, 2012). Indikator sumber daya manusia yang berdaya saing yaitu diukur dari faktor pendidikan dan kesehatan di suatu negara. Pada tahun 2011 Indonesia menempati peringkat 124 dari 187 negara, saat ini Negara Indonesia menempati peringkat 110 dari 180 negara, terjadi peningkatan dalam segi IPM. Meskipun meningkat, hal ini menunjukkan bahwa IPM Negara Indonesia masih berada pada peringkat yang rendah (UNDP, 2015). Sumber daya manusia yang berkualitas rendah memiliki produktivitas kerja yang rendah pula. Pelajar yang memiliki prestasi rendah dapat menghambat kemampuan siswa tersebut untuk menempuh pendidikan yang lebih baik, dimasa yang akan datang akan mendapat kesulitan dalam memperoleh pekerjaan yang lebih baik, dan meningkatkan angka pengangguran (Ali, 2009).

Berdasarkan hasil dari *Trend In Mathematics and Science Study* (TIMSS) tahun 2011, peringkat siswa Indonesia berada pada posisi 38 dari 42 negara untuk prestasi matematika dan sedangkan untuk prestasi sains siswa Indonesia menduduki posisi 40 dari 42 negara. Rata-rata skor prestasi matematika yaitu 386 dan rata-rata skor sains 406. Rata-rata skor prestasi matematika siswa Indonesia mengalami penurunan dibandingkan dengan hasil TIMSS 2007 yaitu 405 poin. Poin tersebut masih berada di bawah skor rata-rata internasional TIMSS scale center point yaitu 500 poin. Hasil secara keseluruhan dari penelitian TIMSS tahun 2011 tersebut menggambarkan bahwa prestasi siswa Indonesia masih cukup rendah dibandingkan dari negara-negara lain (TIMSS, 2011). Berdasarkan hasil

tingkat kelulusan pada tahun 2013, secara nasional presentase tingkat kelulusan SMA/MA 99,48%, SMK 99,95% (Kemdikbud, 2013). Presentase kelulusan tertinggi mencapai 100 persen didapatkan oleh Provinsi Jawa Barat, namun rata-rata nilai UN terjadi penurunan dibandingkan tahun sebelumnya. Pada tahun 2012, Jawa Barat memiliki rata-rata nilai UN 7,7 dari mata pelajaran yang diujikan, sedangkan pada tahun 2013 hanya mencapai rata-rata nilai UN 6,35 dari mata pelajaran yang diujikan (Syarief, 2013). Tingkat kelulusan UN untuk SMA sederajat tahun 2014 mencapai 99,52% dari total peserta UN seluruh Indonesia. Sementara itu tingkat kelulusan UN untuk SMK/MA yaitu 99,90%. Presentase kelulusan SMA turun 0,01 persen dan SMK 0,04 persen (Kemdikbud, 2014).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, salah satunya adalah sarapan. Sarapan merupakan makanan dan minuman yang dikonsumsi setiap pagi sebelum jam 9, serta mengandung nutrisi yang baik untuk berfikir dan bekerja atau untuk stamina (Hardinsyah, 2011). Sarapan yang dilakukan setiap pagi memenuhi kebutuhan gizi 15-25 persen dari kebutuhan harian seseorang. Beberapa studi penelitian menunjukkan masalah tidak sarapan pada remaja di Indonesia masih memprihatinkan. Menurut Naskah Pergizi Pangan tahun 2012, prevalensi remaja yang tidak terbiasa sarapan sebesar 16,9%-59% (Pergizi Pangan, 2012). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Annas pada tahun 2011 di Mts Al-Asror Kota Semarang menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar (Annas, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Septiani tahun 2012 di SDN Cinere 2 kebiasaan sarapan memiliki risiko 18 kali lebih besar terhadap prestasi belajar ($p=0,000$) yang menyatakan ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar (Septiani, 2012).

Selain sarapan, prestasi belajar dipengaruhi oleh konsumsi zat besi. Zat besi merupakan unsur yang sangat penting untuk membentuk hemoglobin (Hb) (Adrianidkk, 2012). Apabila seseorang kekurangan konsumsi zat besi akan menimbulkan efek negatif salah satunya adalah anemia defisiensi besi. Defisiensi besi merupakan penyakit dimana kadar zat besi dalam darah rendah. Defisiensi besi terutama menyerang golongan rentan, salah satu diantaranya adalah remaja. Defisiensi besi dapat berpengaruh luas terhadap prestasi dalam belajar (Almatsier, 2010). Menurut data Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia usia 15-24 tahun

yaitu 18,4%. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Annas tahun 2011 di Mts Al-Asror Kota Semarang menunjukkan dari 21 siswa yang mengalami anemia, 17 siswa memiliki prestasi belajar kurang, 4 siswa memiliki prestasi belajar baik. Sebaliknya 44 siswa yang tidak anemia, 2 siswa memiliki prestasi belajar kurang dan 42 siswa berprestasi belajar baik ($p = 0,000$) yang menyatakan ada hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar (Annas, 2011). Penelitian lain dilakukan oleh Putra dan Utama pada tahun 2012 di SMPN 2 Kubung Solok menunjukkan kadar hemoglobin memiliki risiko 8 kali lebih besar terhadap prestasi belajar (Putra dan Utama, 2012).

Selain sarapan dan kadar hemoglobin, faktor yang berpengaruh terhadap prestasi belajar adalah status gizi. Menurut riskesdas 2013 prevalensi gizi kurang usia 13-15 tahun yaitu 11,1% dan gizi lebih yaitu 10,8 %. Prevalensi gizi kurang usia 16-18 yaitu 9,4% dan gizi lebih 7,3%. Prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 16-18 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2010 sampai dengan 2013 yaitu sebesar 4% (RISKESDAS, 2013). Beberapa penelitian menunjukkan hubungan status gizi dengan prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Catur Wahyu Priyanto,dkk di SMA 1 Bayat Klaten pada tahun 2014 menunjukkan terjadi kenaikan status gizi yang diikuti dengan kenaikan prestasi belajar sebesar 0,221 apabila kesegaran jasmani dan kecerdasan emosi dikontrol. Angka tersebut menunjukkan bahwa status gizi turut berkontribusi dalam peningkatan prestasi belajar terhadap remaja (Priyanto, 2014). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Widowati pada tahun 2013 di SD Negeri Kepuh Kutoarjo Kabupaten Purworejo menunjukkan adanya hubungan status gizi dengan prestasi belajar (Widowati, 2013).

Prestasi belajar juga dipengaruhi oleh faktor kecukupan zat gizi, beberapa diantaranya yaitu kecukupan energi dan protein. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2010, remaja dengan rentang usia 13-15 tahun sebanyak 54,4% mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan dan sebanyak 38,1% mengonsumsi protein dibawah kebutuhan minimal. Remaja dengan urentang usia 16-18 tahun sebanyak 54,4% mengonsumsi energi dibawah kebutuhan dan 35,5% mengonsumsi protein di bawah kebutuhan (RISKESDAS, 2010). Berdasarkan

penelitian yang telah dilakukan oleh Septiani tahun 2012 di SDN Cinere 2 menunjukkan bahwa kecukupan energi memiliki risiko 9 kali lebih besar terhadap prestasi belajar ($p=0,000$) yang menyatakan ada hubungan antara kecukupan energi dengan prestasi belajar (Septiani, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan, 4 dari 10 siswa kelas X dan XI di SMK Raflesia memiliki prestasi belajar yang rendah, dimana 3 dari 10 siswa tidak mengonsumsi sarapan setiap hari. Penelitian di beberapa daerah menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan, kadar hemoglobin, status gizi, angka kecukupan energi dan angka kecukupan protein berhubungan dengan prestasi belajar, sehingga menarik minat penulis untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara kebiasaan sarapan dan faktor lainnya dengan prestasi belajar siswa di SMK Raflesia Depok”.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas menggambarkan masih rendahnya prestasi siswa melalui penelitian TIMSS dan menurunnya rata-rata nilai kelulusan tingkat SMA dan SMK. Tingkat kelulusan pada tahun 2014 untuk tingkat SMA sederajat menurun 0,1 persen dan untuk SMK/MA menurun 0,4 persen. Masih cukup tingginya presentase remaja yang tidak sarapan dan tidak terbiasa sarapan sebelum berangkat sekolah, serta masih cukup tingginya prevalensi anemia pada remaja karena rendahnya kadar hemoglobin di Indonesia. Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan, 4 dari 10 siswa kelas X dan XI di SMK Raflesia memiliki prestasi belajar yang rendah, dimana 3 dari 10 siswa tidak mengonsumsi sarapan setiap hari. Kedua hal tersebut dapat berpengaruh terhadap prestasi di sekolah dan diketahui pula bahwa hal tersebut dapat mempengaruhi kualitas SDM selanjutnya, maka disimpulkan bahwa rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar, bagaimana hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar, bagaimana hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar, hubungan antara kecukupan energi dan protein dengan prestasi belajar di SMK Raflesia Depok.

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum :

Diketahui hubungan kebiasaan sarapan dan faktor lainnya (kadar hemoglobin, status gizi (IMT/U), kecukupan energi, dan kecukupan protein) dengan prestasi belajar di SMK Raflesia Depok tahun 2016.

I.3.2 Tujuan Khusus :

1. Diketuainya gambaran kebiasaan sarapan, status gizi, dan faktor lainnya (kadar hemoglobin, status gizi (IMT/U), kecukupan energi, dan kecukupan protein) dengan prestasi belajar di Raflesia Depok tahun 2016.
2. Diketuainya hubungan kebiasaan sarapan dan faktor lainnya (kadar hemoglobin, status gizi (IMT/U), kecukupan energi, kecukupan protein) dengan prestasi di SMK Raflesia Depok.tahun 2016.

I.4 Manfaat Penelitian:

1. Manfaat Bagi Institusi Sekolah

Pihak sekolah dapat menerapkan program sarapan guna meningkatkan konsentrasi belajar agar prestasi belajar menjadi lebih baik serta meningkatkan pemeriksaan kesehatan siswa dengan pemeriksaan kadar hemoglobin guna mengetahui status hemoglobin siswa.

2. Manfaat Bagi Pemerintah

Pemerintah dapat meningkatkan penerapan program sarapan untuk meningkatkan konsentrasi belajar, dan prestasi belajar, serta dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia di waktu yang akan datang.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan, memberikan informasi bagi peneliti serta dapat menambah referensi untuk penelitian selanjutnya dan bagi peneliti lain dapat menambahkan atau melengkapi kekurangan informasi pada penelitian sebelumnya.

I.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional deskriptif dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan, dan faktor lainnya (kadar hemoglobin, status gizi (IMT/U), kecukupan energi dan kecukupan protein) dengan prestasi belajar siswa di SMK Raflesia Depok. Data yang digunakan adalah data primer. Data primer meliputi karakteristik siswa, kebiasaan sarapan, *recall* 24 jam dilakukan dengan kuesioner dan wawancara, data kadar hemoglobin yang dilakukan dengan pemeriksaan menggunakan alat tes hemoglobin, dan status gizi yang dilakukan dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa. Pengambilan data dan penelitian dilakukan pada bulan April tahun 2016.

