



Hubungan Status Gizi (Perawakan) dengan Prestasi Belajar pada Anak Sekolah Dasar

Rahil Harira¹, Ratih Ayu Atika², Satria Safirza³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

*Corresponding author

E-mail addresses: ratihayuatika_fk@abulyatama.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received August 12, 2025

Revised September 20, 2025

Accepted November 30, 2025

Available online December 31, 2025

Kata Kunci:

Status gizi, prestasi belajar, kurva CDC

Keywords:

Nutritional status, learning achievement, CDC curves



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju.

ABSTRAK

Status gizi merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai derajat kesehatan yang optimal. Status gizi yang buruk akan menyebabkan beberapa masalah kesehatan seperti kerusakan otak, sakit, dan penurunan fungsi fisik anak. penurunan status gizi dapat dipengaruhi oleh kurangnya asupan zat gizi yang bias berpengaruh terhadap gangguan perkembangan anak dan hal tersebut tentunya dapat mempengaruhi prestasi belajar anak itu sendiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi terhadap prestasi belajar pada anak sekolah dasar negeri lamreung. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bersifat *observasional* analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil menggunakan Teknik *total sampling*. Jumlah sampel yang diambil sama dengan jumlah populasi, yaitu murid kelas 5 sampai kelas 6 SD yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak dijumpai kriteria eksklusi totalnya sebanyak 95 siswa. Penelitian ini dilakukan dengan cara mengukur TB siswa. Penilaian parawakan anak berdasarkan kurva CDC 2000. Prestasi belajar dilihat dari rapor UAS siswa. Analisis bivariat pada penelitian ini menunjukkan

tidak terdapat hubungan antara perawakan dengan prestasi belajar, dengan uji *chi-square* mendapatkan hasil *p-value* 0,136.

ABSTRACT

Nutritional status is one of the important factors in achieving optional health status. Poor nutritional status will cause several health problems such as illness, brain damage, and decreased physical function of children. A decrease in nutritional status can be influenced by a lack of nutrient intake which can affect child development disorders and this can certainly affect the child's own learning achievement in Lmareung State Elementary School children. This research is a type of quantitative research that is observational analytic with a cross-sectional approach. The sample used in this study was taken using total sampling technique. The number of samples taken was the same as the population, namely grade 5 to grade 6 elementary school students who met the inclusion criteria and did not meet the exclusion criteria totaling 95 student. This study was conducted by measuring students' TB. Assessment of children's stature based on CDC 2000 curves. Learning achievement is seen from the student's UAS report card. Bivariate analysis in this study showed that there was no relationship between stature and learning achievement, with the chi-square test getting a p-value of 0,136.

1. PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan derajat kesehatan dan kualitas sumber daya manusia, khususnya pada anak usia sekolah. Status gizi yang baik berperan besar dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kemampuan belajar anak. Sebaliknya, status gizi yang

buruk, baik berupa kekurangan maupun kelebihan gizi, dapat menimbulkan berbagai dampak negatif seperti gangguan pertumbuhan, penurunan fungsi fisik, gangguan perkembangan otak, serta menurunnya kemampuan konsentrasi dan prestasi belajar anak. Oleh karena itu, masalah gizi pada anak sekolah dasar masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian serius.

Di Indonesia, permasalahan gizi pada anak usia sekolah dasar masih cukup tinggi. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anak usia 5–12 tahun yang mengalami pendek (stunting) mencapai 23,6%, kurus sebesar 9,2%, gemuk 10,8%, dan obesitas sebesar 9,2%. Di Provinsi Aceh sendiri, prevalensi anak sangat pendek dan pendek masih tergolong tinggi, termasuk di Kabupaten Aceh Besar, yang menunjukkan bahwa permasalahan gizi kronis masih menjadi tantangan di wilayah tersebut. Kondisi ini mengindikasikan bahwa banyak anak belum mencapai pertumbuhan optimal sesuai usia dan jenis kelaminnya.

Status gizi anak sering dinilai melalui indikator antropometri, salah satunya tinggi badan menurut umur (TB/U) atau perawakan. Perawakan pendek mencerminkan gangguan pertumbuhan jangka panjang yang umumnya berkaitan dengan kekurangan gizi kronis dan kondisi lingkungan yang kurang mendukung. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia, perawakan pendek didefinisikan sebagai tinggi badan yang berada di bawah persentil ke-3 kurva pertumbuhan standar, seperti kurva CDC 2000, dan dapat berdampak pada perkembangan fisik serta fungsi kognitif anak. Asupan gizi yang tidak adekuat pada masa pertumbuhan berisiko menyebabkan keterlambatan perkembangan otak, yang selanjutnya dapat memengaruhi kemampuan belajar dan prestasi akademik anak.

Prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai siswa selama proses pembelajaran yang mencerminkan penguasaan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Prestasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal seperti status kesehatan, motivasi, dan kemampuan kognitif, maupun faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, sekolah, dan sosial. Sejumlah penelitian menyebutkan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor internal yang berpotensi memengaruhi prestasi belajar anak. Anak dengan status gizi baik cenderung memiliki konsentrasi dan daya tangkap yang lebih baik dibandingkan anak dengan status gizi kurang.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dan prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan di SDN Kutajaya II pada tahun 2020 melaporkan bahwa anak dengan status gizi baik memiliki prestasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan anak dengan gizi kurang. Temuan serupa juga dilaporkan pada penelitian di tingkat sekolah menengah pertama yang menunjukkan hubungan signifikan antara status gizi dan prestasi belajar dengan nilai $p < 0,05$. Namun demikian, tidak semua penelitian menunjukkan hasil yang konsisten, sehingga hubungan antara status gizi, khususnya perawakan, dan prestasi belajar masih memerlukan kajian lebih lanjut.

Hingga saat ini, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan status gizi berdasarkan indikator TB/U (perawakan) dengan prestasi belajar pada anak sekolah dasar di wilayah Aceh Besar, khususnya di SD Negeri Lamreung, masih terbatas. Selain itu, sekolah ini belum pernah dijadikan lokasi penelitian sebelumnya,

sehingga data empiris mengenai kondisi status gizi dan prestasi belajar siswa di sekolah tersebut belum terdokumentasi secara sistematis. Hal ini menimbulkan kesenjangan penelitian (research gap), terutama dalam memahami apakah perawakan sebagai indikator gizi kronis memiliki hubungan langsung dengan prestasi belajar pada konteks lokal tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara status gizi (perawakan) dengan prestasi belajar pada anak sekolah dasar di SD Negeri Lamreung, Kecamatan Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan literatur terkait gizi dan pendidikan anak, serta menjadi dasar pertimbangan bagi pihak sekolah dan tenaga kesehatan dalam merancang intervensi yang mendukung pertumbuhan optimal dan pencapaian akademik anak.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi berdasarkan tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan prestasi belajar pada anak sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Lamreung, Kecamatan Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar pada periode Februari hingga Agustus 2024. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas V dan VI, dengan jumlah sampel sebanyak 95 siswa yang dipilih menggunakan teknik *total sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* dan diklasifikasikan berdasarkan kurva CDC 2000, sedangkan data prestasi belajar diambil dari nilai rapor Ujian Akhir Semester (UAS). Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ untuk menilai hubungan antara status gizi dan prestasi belajar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 95 siswa kelas V dan VI SD Negeri Lamreung yang memenuhi kriteria inklusi. Karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin, sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	n	%
Usia	10 tahun	41	43,2
	11 tahun	48	50,5
	12 tahun	6	6,3
Total		95	100,0
Jenis Kelamin	Laki-laki	43	45,3
	Perempuan	52	54,7
Total		95	100,0

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia 11 tahun (50,5%), dan lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan (54,7%).

Gambaran Status Gizi Berdasarkan TB/U (Perawakan)

Status gizi responden dinilai menggunakan indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) berdasarkan kurva CDC 2000. Distribusi status gizi responden disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Gizi TB/U (Perawakan)

Status Gizi TB/U	n	%
Tinggi	1	1,1
Normal	75	78,9
Pendek	19	20,0
Total	95	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perawakan normal (78,9%), namun masih terdapat 20,0% siswa dengan perawakan pendek.

Gambaran Prestasi Belajar Responden

Prestasi belajar siswa diperoleh dari nilai rapor Ujian Akhir Semester (UAS) dan dikategorikan menjadi prestasi belajar baik dan kurang. Distribusi prestasi belajar responden disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Responden

Prestasi Belajar	n	%
Baik	70	73,7
Kurang	25	26,3
Total	95	100,0

Sebagian besar responden memiliki prestasi belajar kategori baik, yaitu sebesar 73,7%.

Hubungan Status Gizi TB/U (Perawakan) dengan Prestasi Belajar

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara status gizi TB/U (perawakan) dengan prestasi belajar menggunakan uji *chi-square*. Hasil tabulasi silang disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Status Gizi TB/U (Perawakan) dengan Prestasi Belajar

Status Gizi TB/U	Prestasi Baik n (%)	Prestasi Kurang n (%)	Total n (%)	p-value
Pendek	16 (16,8)	3 (3,2)	19 (20,0)	0,136
Normal	54 (56,8)	21 (22,1)	75 (78,9)	
Tinggi	0 (0,0)	1 (1,1)	1 (1,1)	
Total	70 (73,7)	25 (26,3)	95 (100,0)	

Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,136 ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi berdasarkan TB/U (perawakan) dengan prestasi belajar pada siswa SD Negeri Lamreung.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi berdasarkan indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) atau perawakan dengan prestasi belajar pada siswa sekolah dasar di SD Negeri Lamreung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perawakan normal dan prestasi belajar yang tergolong baik. Namun, hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi TB/U (perawakan) dengan prestasi belajar siswa ($p = 0,136$).

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar siswa berada pada usia 11 tahun. Usia ini merupakan fase akhir masa kanak-kanak, di mana perkembangan kognitif dan kemampuan belajar mulai lebih matang dibandingkan usia sebelumnya. Pada fase ini, anak umumnya telah mampu memahami materi pelajaran dengan lebih baik dan menunjukkan kemampuan adaptasi yang cukup baik dalam lingkungan sekolah. Dominasi usia ini menunjukkan bahwa sampel penelitian relatif homogen dari sisi perkembangan usia, sehingga variasi prestasi belajar kemungkinan tidak terlalu dipengaruhi oleh faktor usia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi perawakan normal, namun masih ditemukan proporsi siswa dengan perawakan pendek. Perawakan pendek mencerminkan kondisi gangguan pertumbuhan jangka panjang yang sering dikaitkan dengan kekurangan gizi kronis dan faktor lingkungan. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia, perawakan pendek dapat berdampak pada kesehatan dan perkembangan anak, termasuk potensi gangguan fungsi kognitif. Namun demikian, tidak semua anak dengan perawakan pendek akan mengalami gangguan prestasi belajar, karena perkembangan kognitif dipengaruhi oleh banyak faktor lain selain status gizi fisik.

Prestasi belajar responden dalam penelitian ini sebagian besar berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum siswa mampu mengikuti proses pembelajaran dengan cukup optimal. Prestasi belajar merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor internal, seperti motivasi belajar, kondisi psikologis, dan kesehatan, serta faktor eksternal, seperti lingkungan keluarga, dukungan orang tua, kualitas pengajaran, dan fasilitas sekolah. Dengan demikian, meskipun status gizi merupakan salah satu faktor internal, perannya tidak selalu bersifat dominan dalam menentukan prestasi belajar.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara status gizi TB/U (perawakan) dengan prestasi belajar dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perawakan sebagai indikator gizi kronis tidak secara langsung memengaruhi capaian akademik siswa di SD Negeri Lamreung. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menyatakan bahwa prestasi belajar lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan belajar, metode pengajaran, serta dukungan keluarga dibandingkan karakteristik fisik seperti tinggi badan. Anak dengan perawakan pendek masih dapat memiliki prestasi belajar yang baik apabila mendapatkan stimulasi belajar yang memadai dan lingkungan pendidikan yang mendukung.

Selain itu, indikator TB/U lebih mencerminkan status gizi jangka panjang, sehingga tidak selalu sensitif terhadap kondisi gizi saat ini yang berperan langsung dalam fungsi kognitif dan konsentrasi belajar. Indikator lain seperti indeks massa

tubuh menurut umur (IMT/U), asupan energi dan protein harian, atau kebiasaan sarapan mungkin lebih berpengaruh terhadap kemampuan belajar sehari-hari. Hal ini dapat menjadi salah satu alasan mengapa hubungan antara perawakan dan prestasi belajar tidak ditemukan signifikan dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun status gizi penting bagi pertumbuhan dan kesehatan anak, prestasi belajar siswa sekolah dasar tidak hanya ditentukan oleh perawakan. Oleh karena itu, upaya peningkatan prestasi belajar perlu dilakukan secara komprehensif dengan memperhatikan aspek gizi, kualitas pembelajaran, lingkungan sekolah, serta dukungan keluarga, sehingga perkembangan akademik anak dapat tercapai secara optimal.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa SD Negeri Lamreung memiliki status gizi perawakan normal dan prestasi belajar yang tergolong baik. Namun, hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi berdasarkan tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan prestasi belajar siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa prestasi belajar anak sekolah dasar tidak semata-mata dipengaruhi oleh perawakan, melainkan juga oleh berbagai faktor lain seperti lingkungan belajar, dukungan keluarga, dan proses pembelajaran di sekolah.

Saran

Pihak sekolah diharapkan dapat terus meningkatkan kualitas proses pembelajaran serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif agar prestasi belajar siswa dapat berkembang secara optimal, tanpa memandang perbedaan kondisi fisik anak. Tenaga kesehatan dan pihak sekolah juga disarankan untuk tetap melakukan pemantauan status gizi siswa secara berkala sebagai upaya menjaga pertumbuhan dan kesehatan anak. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor lain yang berpotensi memengaruhi prestasi belajar, seperti asupan gizi harian, kebiasaan sarapan, aktivitas fisik, motivasi belajar, serta dukungan keluarga, dengan desain penelitian dan jumlah sampel yang lebih luas.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Arsyanti, M., & Syagata, A. S. (2022). Investigation of the relationship between eating behavior and student learning achievement. *Journal of Educational Nutrition*, 1, 52-53.
- Ayalew, M., Bayray, A., Bekele, A., & Handebo, S. (2020). Nutritional status and educational performance of school-aged children in Lalibela town primary schools, Northern Ethiopia. *Ethiopian Journal of Health Development*, 34(1), 1-7.
- Cahyanto, E. B., Mulyani, S., Nugraheni, A., Sukamto, I. S., & Musfiroh, M. (2021). The relationship between nutritional status and learning achievement. *Journal of Educational Research*, 9, 126-127.
- Ernadi, E., & Ilmi, M. B. (2020). Breakfast habits as a determinant of learning achievement of students at MTs Nurul Falah Juai, Balangan Regency. *Journal of Nutrition Science*, 7(2), 7-10.

- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2017). *Panduan praktik klinis: Perawakan pendek pada anak dan remaja di Indonesia*. Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Buku saku desa dalam penanganan stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mardiyah, I. A. (2021). Hubungan status gizi dengan prestasi belajar pada siswa SMP Swasta Al-Manar Kecamatan Hamparan Perak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 43–48.
- Mavinkurve, M., Azriyanti, A. Z., & Jalaludin, M. Y. (2021). The short child: Importance of early detection and timely referral. *Malaysian Family Physician*, 16(3), 6–15. <https://doi.org/10.51866/rv1157>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Bahan ajar gizi: Penilaian status gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Purnamasari, L. (2023). Mengenali perawakan pendek abnormal pada anak. *Journal of Pediatric Growth*, 2(2), 21–25.
- Roberts, M., Tolar-Peterson, T., Reynolds, A., Wall, C., Reeder, N., & Rico Mendez, G. (2022). The effects of nutritional interventions on the cognitive development of preschool-age children. *Nutrients*, 14(3), 1–15. <https://doi.org/10.3390/nu14030688>
- Rostikawaty, D., Hartati, H., & Triana, N. Y. (2025). Hubungan antara status gizi dan prestasi belajar siswa. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 14(1), 8–15. <https://doi.org/10.31983/jkm.v14i1.11553>
- Salsabila, A., & Puspitasari, P. (2020). Faktor-faktor determinan yang memengaruhi prestasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 2, 285–287.
- Simamora, T., Harapan, E., & Kesumawati, N. (2020). Faktor-faktor determinan yang memengaruhi prestasi belajar siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 5, 195–196.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Utomo, B. S., & Sendy, P. (2018). *Cegah stunting itu penting*. Gramedia Pustaka Utama.
- Wiradnyani, L. A. A., Pramesthi, I. L., & Raiyan, M. (2019). *Gizi dan kesehatan anak usia sekolah dasar*. Udayana University Press.
- World Health Organization. (2022). *Child growth standards*. World Health Organization