

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Prevalensi belajar yang terwujud di Indonesia tergolong berkategori rendah. Terjadi penurunan indeks pembangunan manusia (IPM) di Indonesia sebesar 0,42 dari tahun 2017 ke 2018, yaitu dari angka 70,81 menjadi 70,39 (Badan Pusat Statistik). Kondisi IPM yang menurun dapat memberikan dampak pada kualitas kesehatan, usia harapan hidup, serta kualitas dan produktivitas masyarakat Indonesia. Mengacu pada hasil riset yang dilakukan oleh Organization Economic Cooperation and Development (OECD), dari 72 negara, Indonesia menduduki urutan ke-62 dalam mata pelajaran IPA dan matematika (OECD, 2016).

Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN) di tahun 2018 menyatakan bahwa biaya untuk memajukan yang dikeluarkan oleh Indonesia mencapai 20% dari total anggaran negara, yakni sebesar 444 triliun rupiah. Namun, hasil yang didapat tidak sebanding karena prestasi akademik yang diraih siswa masih belum mencapai standar yang diinginkan. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa upaya peningkatan prestasi siswa dalam pembelajaran harus dilakukan secara terus-menerus agar mampu menaikkan peringkat Indonesia sehingga mampu memasuki persaingan antarnegara di dunia.

Selain rendah di mata dunia, potensi pelajar Indonesia juga tergolong rendah di kawasan Asia Tenggara. Berdasarkan laporan dari program penilaian siswa tingkat internasional yang belum lama dirilis oleh OECD, prestasi belajar Indonesia yang berusia 15 tahun menempati peringkat sepuluh terbawah dari 79 negara yang disurvei. Mata pelajaran yang disertakan dalam survei yaitu membaca, matematika, dan sains. Hasil tersebut menunjukkan permasalahan kualitas pendidikan di Indonesia yang notabenehnya merupakan negara paling padat penduduk di kawasan Asia Tenggara.

Dikutip dari OECD, saat diadakan *programme for international student assesment* (PISA) yang berlangsung pada tahun 2018, diperkirakan sejumlah 4.439.086 anak-anak dari Indonesia dengan usia 15 tahun. Sebanyak 85% dari total jumlah tersebut tergabung dalam PISA, yakni 3.768.508 anak. Selebihnya, sejumlah 15% anak tidak dapat tergabung dalam PISA dengan alasan sebagai berikut:

- 1) Anak tersebut tidak mengenyam bangku sekolah atau tidak berstatus sebagai siswa;
- 2) Anak tersebut belum mencapai kelas VI; dan
- 3) Berstatus sebagai siswa di sekolah inklusi (SLB) karena tergolong anak dengan kebutuhan khusus.

Maraknya nilai PISA di Indonesia menggambarkan terjadinya peningkatan dimulai sejak tahun 2000 sampai 2018. Terjadi kenaikan kecil dalam bidang sains dan membaca, sedangkan dalam bidang matematika mengalami peningkatan yang signifikan. Meski terjadi kenaikan di sepanjang tren setiap periode, tetapi pada tahun 2018 Indonesia mengalami penurunan nilai. Penurunan tersebut terjadi dalam semua bidang, tetapi paling tajam dalam bidang membaca.

Pendidikan memiliki peran yang begitu penting dalam rangka membangun bangsa. Berkembangnya sebuah negara dinilai dari seberapa pesat perkembangan kualitas pendidikan yang diakui secara mendunia. Salah satu yang menjadi tolok ukur kemajuan pendidikan adalah prestasi akademik, yakni hasil belajar yang diraih oleh para siswa. Belajar dapat diartikan sebagai proses atau jalan menuju kedewasaan. Sementara itu, prestasi secara akademik merujuk pada pencapaian yang dinilai dalam bentuk angka sebagai penjelasan mengenai kadar penguasaan materi dan penyelesaian tugas-tugas pembelajaran pada periode waktu tertentu (Nurhasanah, K., & Satrio Adi, R., 2018).

Anak yang sedang dalam masa sekolah dasar (SD) tengah mengalami fase aktif. Periode pada anak sekolah yaitu umur 7—12 tahun. Anak yang memiliki tingkat kecerdasan dan produktif, yang mana anak sekolah itu perlu perkembangan dan fisik serta pertumbuhan pada

asupan gizi yang di butuhkan. pada anak- anak sekolah tersebut perlu asupan makanan yang bergizi. Terutama pada sarapan yang mampu menambah daya konsentrasi belajar di sekolah, memacu semangat anak untuk melakukan aktivitas di pagi hari karena kebutuhan energinya terpenuhi. Kecerdasan anak utamanya juga dipengaruhi oleh sarapan yang sehat serta bergizi. Ayah dan ibu dapat memberikan sarapan untuk anak dengan menu makanan yang sehat (Pritasari, et al, 2022).

Ketika anak – anak memasuki sekolah, terjadi perubahan besar dalam pola makan mereka (Kia & Murniarti , 2024) Perubahan yang signifikan terjadi yaitu sarapan yang tidak cukup atau bahkan di abaikan oleh beberapa siswa. Hal tersebut berdampak pada penurunan konsentrasi, ketidakmampuan untuk memahami materi dengan baik, penurunan daya ingat , serta penurunan hasil belajar Oleh sebab itu , kebiasaan sarapan pagi menjadi kunci penting agar anak dapat menjalani aktivitas sehari – hari dengan baik, sehingga tidak adanya gangguan yang di alami ketika proses pembelajaran (Fitrianti et al., 2022).

Sarapan memegang peranan yang penting sekali bagi anak-anak guna meningkatkan kualitas belajar (Novianti & Kusudaryati, 2018). Sarapan berperan penting guna mengisi lambung yang telah kosong selama 8 sampai 10 jam saat tidur malam. Sarapan dengan porsi seimbang juga mengoptimalkan kerja otak secara optimal, oleh sebab itu antara makan pagi dan malam jarak waktu yang lama. Jika kadar glukosa turun dan meninggalkan sarapan di pagi hari maka konsentrasi belajar di sekolah dapat terganggu. Di samping itu, sarapan juga berperan mengontrol berat badan agar tetap optimal. Selain itu , makanan yang di konsumsi dengan mineral, vitamin, karbohidrat, lemak, dan protein dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak. Apabila kebutuhan ter nutrisi setiap hari maka konsentrasi belajar anak akan meningkat dan berdampak lebih baik (Verdiana, dan Muniroh, 2017).

Kebiasaan sarapan menjadi persoalan yang menimpa anak-anak dan remaja. Hasil survei konsumsi pangan yang dilakukan oleh Riskesdas pada tahun 2018 menyajikan fakta mengenai banyaknya anak-

anak yang masih belum terbiasa sarapan sehat di pagi hari. Berdasarkan hasil survei tersebut, dari 35.000 anak berusia sekolah dasar, sekitar 26,1% menerapkan sarapan dengan hanya meminum air serta 44,6% mendapatkan asupan energi dalam jumlah kurang dari 15% dari kebutuhan gizi harian. Nestle Indonesia (2012) menyatakan bahwa 4 dari 10 anak Indonesia mengonsumsi sarapan yang tidak memenuhi syarat gizi. Sementara itu, Hardinsyah (2015) menyatakan bahwa anak Indonesia yang mengalami kekurangan gizi sarapan sebanyak 7 dari 10 anak. Hal demikian dapat terjadi akibat makanan serta minuman yang dipilih untuk menu sarapan tidak memenuhi kriteria gizi yang baik (Lia Barokah & Ratna, 2022).

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengungkapkan bahwa program gizi yang diimplementasikan pada anak usia sekolah dapat menambah konsentrasi belajar pada anak sekolah. Mereka mudah dalam penyerapan pelajaran, manfaat ini yang diperoleh jika seseorang tersebut melakukan sarapan di pagi hari (Sinaga, Tiurma, 2016). Pada dasarnya peran dari ibu dapat memperkenalkan makanan yang bergizi sejak usia sekolah. Konsentrasi belajar anak merupakan aspek sangat penting yang dapat mendorong anak meraih prestasi akademik yang baik di sekolah. Konsentrasi belajar sangat penting pada pemusatan daya pikir anak pada objek yang dipelajari (Surya, H, 2009).

Terdapat berbagai faktor yang dapat memengaruhi prestasi anak di sekolah, yaitu faktor dari dalam (internal) dan faktor dari luar (eksternal). Faktor eksternal di antaranya keluarga, lingkungan sekitar, sekolah, minat, bakat dan motivasi (Azza Salsabila & Puspitasari, 2020). Korelasi antara kebiasaan sarapan pada anak-anak dengan prestasi mereka di sekolah mendapat *p value* senilai 0,000 ($< 0,05$) (Ringgo Alfarisi, et al, 2020). Sedangkan Hasil penelitian dari Nisa (2021) . menyatakan bahwa sarapan pagi hanya berpengaruh 24,8% terhadap hasil belajar serta konsentrasi belajar siswa. Sementara itu, berdasarkan hasil analisis statistik inferensial dan analisis statistik deskriptif yang di uji oleh penelitian (Firdaus & Rasyidianah, 2019). memperoleh nilai korelasi sebesar 0,452

yang berarti terjadi korelasi antara sarapan dengan hasil belajar anak dengan kecerdasan sedang.

Sarapan merujuk pada kegiatan mengonsumsi makanan dan minuman pada pagi hari, tepatnya dilakukan sejak bangun tidur sampai sekitar pukul 09.00. Sarapan merupakan hal yang penting dan disarankan untuk dilakukan dalam rangka memenuhi kebutuhan gizi harian untuk menciptakan hidup yang sehat, aktif, serta produktif (Yesi Karyani & Mulyana, 2021). Faktanya, masih banyak anak-anak di Indonesia yang mengabaikan sarapan, padahal meninggalkan sarapan memiliki dampak yang buruk terhadap kelangsungan proses belajar pada siswa sekolah, menyebabkan kegemukan pada remaja dan orang dewasa, menurunkan kekuatan aktivitas fisik, dan memperbesar risiko mengonsumsi jajanan yang tidak sehat (Medika, 2020).

Total 69,6% anak-anak Indonesia masih belum menerapkan sarapan sesuai pedoman gizi yang seimbang serta hampir 44,% anak memiliki sarapan berkualitas rendah. Penelitian Andriani (2018) juga menunjukkan bahwa 63,1% anak tidak bisa sarapan pagi. Menurut hasil Riskesdes (Kemenkes RI, 2018) menggambarkan kondisi status gizi anak-anak dalam rentang usia 6—12 tahun dengan prevalensi tubuh gemuk sebanyak 10,8%, sedangkan obesitas sebanyak 9,2%. Sementara itu, anak yang berada dalam status gizi kurus sejumlah 9,2%.

Status gizi merujuk pada keadaan tubuh yang sangat penting bagi kesehatan dengan mengonsumsi asupan zat – zat makanan dengan kebutuhan nutrisi (Hayati et al., 2018). Kekurangan gizi adalah kondisi di mana asupan gizi yang diperoleh lebih sedikit dari kebutuhan tubuh, sedangkan kelebihan gizi terjadi akibat asupan gizi yang dikonsumsi lebih banyak dari kebutuhan. Maka perlu dilakukan suatu upaya dari orang tua untuk lebih memperhatikan asupan gizi sang anak demi menghindari kelebihan gizi yang dapat menimbulkan kegemukan atau obesitas. Seseorang anak yang mengalami kekurangan gizi lebih mudah mengantuk serta memiliki semangat yang kurang sehingga berdampak pada proses belajar serta berpikirnya (Erna et al., 2021).

Lebih lanjut, permasalahan status gizi yang dialami oleh anak berimbas pada menurunnya daya tahan tubuh, kurangnya produktivitas kerja, hingga kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2017). Status gizi yang rendah pada anak-anak menimbulkan dampak negatif pada kualitas sumber daya manusia. Status gizi yang kurang memiliki korelasi yang erat dengan rendahnya prestasi akademik yang dicapai oleh anak. Kondisi tersebut tentu saja menghambat perkembangan kecerdasan anak.

Di sisi lain, anak yang termasuk dalam golongan memiliki status kekurangan gizi cenderung lebih gampang mengantuk serta kehilangan gairah, di mana hal tersebut mengganggu proses belajar anak di sekolah serta menurunkan prestasinya. Kemampuan berpikir anak menjadi menurun akibat otaknya tumbuh dengan tidak maksimal. Dengan demikian, jelas bahwa status gizi yang rendah pada anak berdampak pada kualitas pendidikan yang mereka raih. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa status gizi memegang peran yang cukup krusial terhadap prestasi akademik siswa.

Sarapan menjadi salah satu dari banyaknya faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak di sekolah. Sarapan memegang peran vital dalam mencukupi kebutuhan energi selama jam sekolah karena mampu menambah konsentrasi belajar sekaligus mencerna materi yang diajarkan di sekolah sehingga mendapatkan prestasi akademik yang bagus.

Pengamatan awal dilakukan pada 20 Februari 2024 di SDN sukorejo kecamatan sidayu kabupaten gresik. Dari hasil observasi fasilitas di sekolah termasuk aspek yang sangat penting dalam rangka mencukupi kebutuhan makanan atau sarapan. Hasil wawancara dengan beberapa anak SD kemarin terutama pada kelas 5 dan 6 mereka malas untuk sarapan di pagi hari, sehingga anak – anak sering mengonsumsi jajanan saja. Dari masalah tersebut saya ingin mengetahui apakah asupan makanan yang tidak teratur berpengaruh terhadap status gizinya dan bisa mempengaruhi prestasi akademik siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, perlu adanya penelitian lebih mendalam mengenai korelasi yang terjadi antara status gizi serta kebiasaan sarapan dengan prestasi akademik siswa SDN Sukorejo Sidayu Gresik. Oleh karena itu, penelitian ini juga mengkaji berbagai hasil kajian mengenai korelasi yang terjadi antara status gizi dan kebiasaan sarapan terhadap prestasi akademik.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada korelasi yang terjadi antara status gizi serta kebiasaan sarapan terhadap prestasi siswa SDN Sukorejo, Sidayu, Gresik?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisa korelasi yang terjadi antara status gizi serta kebiasaan sarapan terhadap prestasi akademik di SDN sukorejo kecamatan sidayu kabupaten gresik.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi status gizi siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik
2. Mengidentifikasi kebiasaan sarapan siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik
3. Mengidentifikasi prestasi akademik yang diraih oleh siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik
4. Menganalisa korelasi yang terjadi antara status gizi terhadap prestasi belajar yang dicapai siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik
5. Menganalisis korelasi antara kebiasaan sarapan terhadap prestasi yang diraih oleh siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil dari riset ini dapat memberikan informasi sekaligus menambah pengetahuan terkait ada atau tidaknya korelasi antara

status gizi serta kebiasaan sarapan serta prestasi akademik yang dialami oleh siswa SDN Sukorejo, Kecamatan Sidayu, Gresik.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari riset ini memberikan manfaat serta menambah pengetahuan dalam melakukan kajian yang sejenis serta berkelanjutan dalam bidang yang sama.

1.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam kajian mengenai korelasi yang terjadi antara status gizi serta Kebiasaan Sarapan Terhadap Prestasi Akademik siswa SDN Sukorejo Sidayu Kabupaten Gresik adalah:

H_0 : tidak terdapat korelasi secara nyata (signifikan) antara status gizi serta kebiasaan sarapan terhadap prestasi akademik siswa SDN sukorejo sidayu kabupaten gresik.

H_1 : terdapat hubungan atau korelasi secara signifikan antara status gizi serta kebiasaan sarapan terhadap prestasi akademik siswa SDN sukorejo sidayu kabupaten gresik.

