

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum**

SMP Negeri 1 Tampaksiring terletak di Jalan Raya Dr. Ir. Soekarno Tampaksiring, Kecamatan Tampaksiring , Kabupaten Gianyar.SMP Negeri 1 Tampaksiring didirikan pada tahun 1968 dan sudah terakreditasi A. Luas tanah di SMP Negeri 1 Tampaksiring seluas 4021 m<sup>2</sup>.

SMP Negeri 1 Tampaksiring mempunyai siswa sebanyak 974 siswa terdiri dari 486 siswa laki-laki dan 488 siswa perempuan. Sekolah SMP Negeri 1 Tampaksiring mempunyai 27 ruangan kelas untuk proses belajar mengajar.Sekolah SMP Negeri 1 Tampaksiring memiliki Perpustakaan, Laboratorium IPA, ruang keterampilan , laboratorium bahasa , laboratorium computer, aula , ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, ruang osis, ruang BK dan toilet.

SMP Negeri 1 Tampaksiring memiliki ekstrakurikuler yang terdiri dari olahraga dan tari.Selain aktivitas dari beberapa kegiatan ekstrakurikuler di sekolah SMP Negeri 1 Tampaksiring di dalam sekolah juga terdapat kantin yang merupakan tempat siswa untuk membeli berbagai macam makanan, dimana jenis makanan yang dijual seperti nasi, gorengan, snack sedangkan minuman yang tersedia terdiri dari minuman gelas dan minuman kaleng.

## 2. Karakteristik Subyek Penelitian

### a. Umur

Sampel penelitian ini adalah Siswi Kelas VIII SMP Negeri 1 Tampaksiring yang berjumlah 47 orang. Umur sampel sebagian besar berada di kelompok umur 14 tahun sebanyak 31 orang (66%), umur 13 tahun sebanyak 14 orang (30%) dan umur 15 tahun sebanyak 2 orang (4%).

## 3. Hasil pengamatan terhadap variabel penelitian

### a. Prestasi Belajar

Data Prestasi Belajar dikumpulkan dengan cara mengutip nilai raport siswi dan di rata-ratakan. Dari hasil pengolahan data didapatkan nilai tertinggi 86,27, nilai terendah 78,45 dan rata-rata nilai sampel 83,77. Sampel lebih banyak memiliki nilai raport baik yaitu 35 siswi (74,47%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4  
Sebaran Sampel Berdasarkan Prestasi Belajar

Prestasi Belajar	f	%
Sangat Baik	12	25,53
Baik	35	74,47
Jumlah	47	100,00

### b. Kadar Hemoglobin

Dari hasil pemeriksaan kadar hemoglobin sampel dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin tertinggi yaitu 15,3 g/dL dan terendah yaitu 10,9 g/dl dengan rata-rata yaitu 13,06 g/dL. Setelah dikategorikan sebanyak 35 sampel (74,47%)

dikategorikan non anemia, sebanyak 11 sampel (23,40%) dikategorikan anemia ringan dan 1 sampel (2,13%) dikategorikan anemia sedang. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5  
Sebaran Sampel Berdasarkan Kadar Hemoglobin

Kategori Hb	f	%
Non anemia	35	74,47
Anemia Ringan	11	23,40
Anemia Sedang	1	2,13
Jumlah	47	100,00

#### c. Tingkat Konsumsi Total

Berdasarkan hasil pengumpulan data konsumsi sehari sampel terdapat 30 sampel (63,83%) memiliki tingkat konsumsi energi baik dan 17 sampel (36,17%) memiliki tingkat konsumsi energi kurang. Asupan energi tertinggi yaitu sebanyak 2200,2 kalori, terendah yaitu 777,2 kalori dan rata-rata asupan energi sampel yaitu 1765,64 kalori. Sampel memiliki tingkat konsumsi protein lebih yaitu sebanyak 2 sampel (4,26%), baik sebanyak 29 sampel (61,70%) dan kurang sebanyak 16 sampel (34,04%). Asupan protein tertinggi pasien yaitu 82,15 gram, terendah yaitu 19,53 gram dan rata-rata asupan protein yaitu 58,39. Sampel yang memiliki tingkat konsumsi Zat Besi (Fe) lebih yaitu sebanyak 3 sampel (6,38%), baik sebanyak 11 sampel (23,40%) dan kurang sebanyak 33 sampel (70,21%). Asupan zat besi (Fe) tertinggi yaitu 67,14 mg, terendah 20,21 mg dan rata-rata asupan zat besi (Fe) yaitu 45,53 mg. Tingkat konsumsi energi dinyatakan sebagian besar baik, konsumsi protein lebih banyak yang baik dan tingkat konsumsi Zat Besi (Fe) dinyatakan sebagian besar kurang. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 dibawah ini.

Tabel 6  
Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi

Tingkat Konsumsi	Kategori	f	%
Energi	Baik	30	63,83
	Kurang	17	36,17
Jumlah		47	100,00
Protein	Lebih	2	4,26
	Baik	29	61,70
	Kurang	16	34,04
Jumlah		47	100,00
Zat Besi (Fe)	Lebih	3	6,38
	Baik	11	23,40
	Kurang	33	70,21
Jumlah		47	100,00

d. Kontribusi Sarapan dengan Konsumsi Total

Dari hasil pengolahan data dapat diketahui sebanyak 23 sampel (48,94%) memiliki kontribusi energi cukup dan 24 sampel (51,06%). Sampel di SMP Negeri 1 Tampaksiring kontribusi zat gizi protein dengan konsumsi totalnya sebanyak 24 sampel (51,06%) di kategorikan cukup dan sebanyak 23 sampel (48,94%) dikategorikan kurang. Sampel yang memiliki kontribusi zat besi (Fe) dengan konsumsi total yaitu sebanyak 16 sampel (34,04%) di kategorikan cukup dan sebanyak 31 sampel (65,09%) dikategorikan kurang. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7  
Sebaran Sampel Berdasarkan Kontribusi Sarapan Dengan Konsumsi Total

Kontribusi Sarapan terhadap Konsumsi Total	Kategori	f	%
Energi	Cukup	23	48,94
	Kurang	24	51,06
	Jumlah	47	100,00
Protein	Cukup	24	51,06
	Kurang	23	48,94
	Jumlah	47	100,00
Zat Besi (Fe)	Cukup	16	34,04
	Kurang	31	65,09
	Jumlah	47	100,00

e. Gambaran Sebaran Prestasi Belajar berdasarkan Status Anemia

Hasil pengolahan data seperti yang tertera pada tabel 8, pada kelompok sampel yang memiliki prestasi belajar dengan kategori sangat baik sebagian besar memiliki status anemia non anemia yaitu sebanyak 9 sampel (75,00%). Begitu juga, pada kelompok sampel dengan prestasi belajar baik ternyata sebagian besar non anemia yaitu 26 sampel (74,29%). Untuk selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8  
Gambaran Sebaran Prestasi Belajar Sampel Berdasarkan Status Anemia

Status anemia	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Sangat baik		Baik			
	f	%	f	%	f	%
Non anemia	9	75,00	26	74,29	35	74,47
Anemia Ringan	3	25,00	8	22,86	11	23,40
Anemia Sedang	-	-	1	2,86	1	2,13
Jumlah	12	100,00	35	100,00	47	100,00

Berdasarkan uraian diatas sampel dengan prestasi belajar sangat baik maupun baik cenderung memiliki non anemia.

f. Gambaran Sebaran Prestasi Belajar berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi

Dari hasil pengolahan data seperti yang tertera pada tabel 10, pada kelompok sampel yang memiliki prestasi belajar dengan kategori sangat baik sebagian besar memiliki tingkat konsumsi energi baik yaitu sebanyak 11 sampel (91,67%). Begitu juga, pada kelompok sampel dengan prestasi belajar baik ternyata sebagian besar juga memiliki tingkat konsumsi energi baik sebanyak 19 sampel (54,27%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9  
Gambaran Sebaran Prestasi Belajar Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Sangat baik		Baik			
	f	%	f	%	f	%
Baik	11	91,67	19	54,27	30	63,83
Kurang	1	8,33	16	45,71	17	36,17
Jumlah	12	100,00	35	100,00	47	100,00

Berdasarkan uraian diatas dapat dijelaskan bahwa sampel dengan tingkat konsumsi baik cenderung memiliki prestasi belajar sangat baik dan baik.

g. Prestasi Belajar berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein

Dari hasil pengolahan data seperti yang tertera pada tabel 10, pada kelompok sampel yang memiliki prestasi belajar dengan kategori sangat baik sebagian besar memiliki tingkat konsumsi protein baik yaitu sebanyak 9 sampel (75%). Begitu juga, pada kelompok sampel dengan prestasi belajar baik ternyata sebagian besar juga memiliki tingkat konsumsi protein baik sebanyak 20 sampel (57,14%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10  
Gambaran Sebaran Prestasi Belajar Sampel Berdasarkan Tingkan Konsumsi Protein

Tingkat Konsumsi Protein	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Sangat baik		Baik			
	f	%	f	%	f	%
Lebih	2	16.67	-	-	2	4.26
Baik	9	75.00	16	45.71	25	53.19
Kurang	1	8.33	19	54.29	20	42.55
Jumlah	12	100	35	100	47	100

Berdasarkan uraian diatas dapat dijelaskan bahwa sampel dengan prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik cenderung memiliki tingkat konsumsi protein baik.

h. Prestasi belajar berdasarkan tingkat konsumsi zat besi (Fe)

Dari hasil pengolahan data seperti yang tertera pada tabel 12, pada kelompok sampel yang memiliki prestasi belajar dengan kategori sangat baik sebagian besar memiliki tingkat konsumsi Zat besi (Fe) kurang yaitu sebanyak 7 sampel (58,33%). Begitu juga, pada kelompok sampel dengan prestasi belajar baik ternyata sebagian besar juga memiliki tingkat konsumsi Zat besi kurang sebanyak 26 sampel (74,29%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11.



Tabel 11  
Sebaran Prestasi Belajar Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Zat besi (Fe)

Tingkat Konsumsi Fe	Prestasi Belajar				Jumlah	
	Sangat baik		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%
Lebih	1	8,33	2	5,71	3	6,38
Baik	4	33,33	7	20,00	11	23,40
Kurang	7	58,33	26	74,29	33	70,21
Jumlah	12	100	35	100	47	100

Berdasarkan uraian diatas dari tabel 11 dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik cenderung memiliki tingkat konsumsi zat besi (Fe) kurang.

## B. Pembahasan

Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai oleh seseorang setelah ia melakukan perubahan belajar, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Prestasi belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor luar dan faktor dalam (Van,2015). Dari hasil merata-ratakan nilai raport, nilai tertinggi sampel yaitu 86,27, terendah yaitu 78,45 dan rata-rata nilai sampel yaitu 83,77. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel mendapat prestasi belajar baik yaitu sebesar 74,47% dan prestasi belajar dalam kategori sangat baik sebesar 25,53%. Sebenarnya dalam penilaian prestasi belajar terdapat kategori cukup, kurang dan sangat kurang namun pada hasil penelitian tidak ada sampel yang memiliki prestasi belajar dalam kategori tersebut.

Berdasarkan kontribusi zat gizi sarapan terhadap konsumsi total sehari diketahui sebagian besar sampel memiliki kontribusi energi sarapan kurang sebesar 55,3%, kontribusi protein pada sarapan kurang sebesar 53,19% dan kontribusi Zat Besi (Fe) sebesar 65,96%. Hal ini tidak sesuai dengan teori Khomsan (2010) yang menyatakan sarapan sebaiknya menyumbangkan energi sekitar 25% dari asupan energi harian.

Dilihat dari tingkat konsumsi energi sehari sebagian besar sampel memiliki tingkat konsumsi energi baik sebanyak 30 sampel (63,83%) , namun ada yang masih memiliki tingkat konsumsi energi kurang yaitu sebanyak 17 sampel (36,17%). Hasil penelitian mengenai tingkat konsumsi protein sehari yaitu sebagian besar sebanyak 29 sampel (61,70%) yang memiliki tingkat konsumsi energi baik , sebanyak 2 sampel (4,26%) yang memiliki tingkat konsumsi protein lebih namun ada yang masih memiliki tingkat konsumsi protein kurang yaitu sebanyak 16 sampel (34,04%). Hasil penelitian mengenai tingkat konsumsi Zat besi (Fe) sebagian besar memiliki tingkat konsumsi Zat besi (Fe) kurang yaitu sebanyak 33 sampel (70,21%).

Berdasarkan hasil pengumpulan data Kadar Hemoglobin dari 47 sampel didapatkan bahwa, sebagian besar sampel memiliki Kadar Hemoglobin normal sebanyak 35 sampel (74,47%), namun masih ada yang memiliki Kadar Hemoglobin yang termasuk kategori anemia ringan yaitu sebanyak 11 sampel (23,40%) dan yang termasuk kategori anemia sedang yaitu 1 sampel (2,13%). Hal ini menunjukkan status anemia di SMP Negeri 1 Tampaksiring lebih tinggi dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2013 yang menyatakan 18,4 % remaja dengan rentang usia 15-24 tahun mengalami anemia di Indonesia

Prestasi belajar berdasarkan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa proporsi terbesar adalah sampel yang memiliki kadar hemoglobin dalam kategori non anemia cenderung memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik. Hal ini terlihat dari hasil pengolahan data menunjukkan bahwa dari 47 sampel (100,00%) terdapat 35 sampel (74,47%) memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik. Dengan demikian, prestasi belajar yang baik sangat ditentukan oleh kadar hemoglobin yang normal (non anemia)..

Hal ini sejalan dengan penelitian penelitian Wijayanti (2005) yang membuktikan adanya hubungan antara kadar hemoglobin dengan dengan kesanggupan anak untuk belajar. Keadaan anemia akan mempengaruhi daya konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar menjadi menurun dan siswi dengan kadar hemoglobin yang tinggi (batas normal) memiliki prestasi lebih baik daripada siswi yang memiliki kadar hemoglobin rendah.

Berdasarkan hasil pengolahan data, sampel yang memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik ternyata sebagian besar tingkat konsumsi energinya baik. Dimana, dari 47 sampel (100,00%) terdapat 30 sampel (63,83%) memiliki tingkat konsumsi energi baik dan memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Febriani dan Margawati (2013) bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi selain jajanan dengan prestasi belajar.

Dari hasil pengolahan data sampel yang memiliki prestasi belajar berkategori sangat baik maupun baik ternyata sebagian besar memiliki tingkat konsumsi protein baik. Dimana dari 47 sampel (100,00%) terdapat 29 sampel (61,70%) memiliki tingkat konsumsi protein baik dan memiliki prestasi belajar

dalam kategori sangat baik maupun baik. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Jeyline Delvia (2013) yang menyatakan tidak adanya hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan prestasi belajar.

Berdasarkan hasil pengolahan data, sampel yang memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik ternyata sebagian besar tingkat konsumsi zat besi (Fe) kurang. Dimana, dari 47 sampel (100,00%) terdapat 33 sampel (70,21%) memiliki tingkat konsumsi zat besi (Fe) kurang dan memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik maupun baik. Menurut penelitian Arga Desiawan (2015) bahwa tidak adanya hubungan antara asupan zat besi dengan prestasi belajar siswa di SD Negeri 1 Kudu 02 Baki Kabupaten Sukoharjo. Asupan zat besi bukan merupakan faktor satu-satunya yang berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Prestasi belajar juga ditentukan oleh faktor kecerdasan, minat, bakat, motivasi dan konsep diri (Syah,2010).