



Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Universitas Tompotika Luwuk Banggai

(The Correlation Between The Nutritional Status And The Cumulative Achievement Index Of Students At Tompotika Luwuk Banggai University)

Herlina Ineng¹, Erni Yusnita Lalusu^{1*}, Mirawati Tongko¹, Sandy Novryanto Sakati¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Tompotika Luwuk Banggai

*Koresponden Penulis: erniyusnitalalusu@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari asupan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur. Status gizi dapat mempengaruhi tingkat kecerdasan dan kemampuan mahasiswa dalam menangkap pelajaran. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara status gizi dengan indeks prestasi mahasiswa Universitas Tompotika Luwuk Banggai. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Universitas Tompotika Luwuk Banggai tahun ajaran genap 2021/2022 yang berjumlah 1.876. Teknik pemilihan sampel dengan cara *Purposive Sampling* dan jumlah sampel sebesar 164 mahasiswa. Instrumen dalam penelitian adalah pengukuran (berat badan dan tinggi badan) kemudian dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dan dokumenter (pengumpulan rata-rata nilai IPK). Analisis data dilakukan menggunakan uji *Fisher exact test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori status sangat kurus dan gemuk masing-masing sebanyak 8 mahasiswa (4,9%), kurus sebanyak 21 mahasiswa (12,8%), normal sebanyak 118 mahasiswa (71,9%) dan obesitas 9 mahasiswa (5,5%). Mahasiswa yang mendapatkan nilai indeks prestasi tinggi sebanyak 143 mahasiswa (87,2%) dan nilai rendah sebanyak 21 mahasiswa (12,8%). Berdasarkan uji *Fisher exact test* di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,488 > 0,05$ sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Saran bagi penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain case control dengan jumlah sampel yang sesuai pada kelompok kasus dan kontrol serta memberikan batasan waktu studi pada mahasiswa yang menjadi sampel penelitian.

Kata kunci : Status Gizi, Indeks Prestasi Kumulatif, Mahasiswa

ABSTRACT

Nutritional status is a condition that is determined by the level of physical need for energy and nutrients obtained from food intake where the physical impact can be measured. Nutritional status can affect the students' level of intelligence and ability to collect lessons. The purpose of this research was to determine the correlation between nutritional status and achievement index of the Tompotika Luwuk Banggai University's students. This type of research is descriptive analysis. The population of this research were all active students at Tompotika Luwuk Banggai University by the academic year 2021/2022 which are 1,876 students. The sample selection technique was by purposive sampling and the sample were 164 students. The instruments in this research were including measurements (weight and height) then calculating the Body Mass Index (BMI) and documentaries (collecting the students' average GPA score). The data analyzing method was using Fisher's exact test. The results of this research showed that the status categories were underweight and obese which were 8 students (4.9%), underweight were 21 students (12.8%), normal were 118 students (71.9%) and obese were 9 students (5.5%).

Students who got high-grade point average scores were 143 students (87.2%) and low scores were 21 students (12.8%). Based on the Fisher exact test, the $p\text{-value} = 0.488 > 0.05$ so there is no significant correlation between nutritional status and student achievement index. Suggestions for further research can use a case-control design with an appropriate number of samples in the case and control groups and provide study time limits for the students who are the research sample.

Keywords: *The Nutritional Status, The Cumulative Achievement Index, Students*

PENDAHULUAN

Menurut Suharjo (2018), status gizi seseorang ditentukan oleh keadaan dimana derajat kebutuhan fisik manusia dipengaruhi oleh zat gizi yang diperoleh dari asupan makanan yang berdampak pada fisik kita sehingga keadaan tersebut diukur. Menurut Ghullam Hamdu (2019) status gizi seseorang dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan yang mengandung energi dan protein. Disamping itu juga, status gizi seseorang dipengaruhi oleh status kesehatan, lingkungan, ekonomi dan budaya. Artinya mahasiswa yang memiliki status gizi baik akan mendapatkan hasil IPK tertinggi serta memuaskan sebaliknya mahasiswa yang memiliki status gizi kurang maupun lebih menjadi tidak konsentrasi dalam menangkap materi perkuliahan/pelajaran.

Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa prevalensi gizi kurus untuk remaja yaitu sebesar 13,1% untuk laki-laki sedangkan untuk perempuan sebesar 5,7%. Selain itu, prevalensi gizi lebih pada laki-laki sebesar 6,6% serta 8,1% untuk perempuan. Keadaan suatu masa depan bangsa kita sangat berkaitan erat dengan kuantitas dan kualitas generasi muda. Bila ditinjau dari kuantitas penduduk, yang berusia 10-19 tahun (remaja) yaitu sebesar 22,2% dari seluruh jumlah penduduk Indonesia di muka bumi. Dimana sebanyak 50,9% berjenis kelamin laki-laki dan sisanya 49,1% perempuan. Jika dilihat dari kondisi geografi, jumlah penduduk perkotaan yang berusia 10-19 tahun sebesar 22,1%. Yang mana dalam persentase tersebut, 10,5% usia 10-14 tahun serta 11,6% lainnya berusia 15-19 tahun. Pada era sekarang ini, jumlah penduduk remaja di seluruh dunia sudah mencapai 1.200 juta jiwa atau dengan kata lain sebesar 19% dari seluruh jumlah remaja di dunia (WHO, 2019).

Saat ini, terdapat 1.200 juta remaja di seluruh dunia, atau sekitar 19% dari populasi dunia (WHO, 2019). Sementara ini terjadi, ada banyak remaja di Indonesia yaitu sekitar 21% dari 44 juta penduduk Indonesia berusia di bawah 18 tahun. (BPS, 2020). Menurut Soeparwoto (2020) masalah gizi pada remaja harus ada perhatian khusus. Hal ini karena, masalah gizi tersebut mempunyai dampak yang begitu besar terhadap pertumbuhan serta perkembangan tubuh. Selain itu, memiliki efek jangka panjang hingga dewasa.

Masalah gizi pada remaja yang sangat menakutkan disebabkan oleh berbagai macam faktor. Salah satunya yaitu mengonsumsi makanan yang telah diolah oleh pabrik. Misalnya ada iklan dalam tayangan televisi yang ditayangkan amat berlebihan. Tidak selamanya apa yang ditayangkan oleh iklan televisi tersebut sesuai dengan realita yang ada, karena seringkali banyak sekali makanan yang mengandung senyawa sukrosa bahkan lemak. Jika kita sering mengonsumsi makanan seperti ini akan mengakibatkan kekurangan zat gizi yang lain (WHO, 2019).

Pada tahun 2018 Gibson mengemukakan bahwa untuk menilai status gizi seseorang perlu adanya informasi. Informasi tersebut dapat kita dapatkan dari hasil penilaian antropometri, mengonsumsi makanan, biokimia dan klinik. Ada banyak hal yang memberikan pengaruh dalam mencapai keberhasilan nilai akhir seorang

mahasiswa contohnya seperti status gizi pada masing-masing. Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa universitas tompotika luwuk banggai.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*. Penelitian ini dilakukan di universitas tompotika luwuk pada mahasiswa semester 2, 4 dan 6 dengan total sampel sebanyak 164 mahasiswa. Pemilihan sampel menggunakan Teknik *proportional random sampling*., sehingga diperoleh jumlah yang proporsional dari setiap program studi. Data dikumpulkan menggunakan metode wawancara dengan instrumen kuisioner. Penentuan status gizi berdasarkan ukuran tinggi badan dan berat badan yang diukur menggunakan *microtoise* dan timbangan digital. $IMT > 25 \text{ kg/m}^2$ untuk status gizi lebih dan $< 25 \text{ kg/m}^2$ untuk status gizi normal. Indeks prestasi kumulatif (IPK) dinilai menggunakan berdasarkan kartu hasil studi. Analisis data menggunakan uji *fisher exact test* (*karena terdapat nilai ekspektasi kurang dari 5 pada beberapa cell tabulasi*) dengan derajat kemaknaan 95% dan $\alpha = 0,05$

HASIL

Analisis Univariat

Jenis kelamin responden dapat dilihat pada tabel 2. dimana sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Jumlah responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 103 mahasiswa (62,8%) sedangkan laki-laki 61 mahasiswa (37,2%). Berdasarkan tabel 3 menunjukkan status gizi mahasiswa semester 2, 4 dan 6 gabungan dari beberapa Fakultas yaitu Fakultas Ekonomi, Pertanian, Fisip, Hukum, Kesehatan Masyarakat, FKIP dan Teknik Universitas Tompotika Luwuk. Mahasiswa dengan status gizi normal, yaitu 118 mahasiswa (71,9%). Status gizi kurus menduduki urutan kedua setelah status gizi normal yaitu 21 mahasiswa (12,8%) dan status gizi dengan urutan terbanyak ke tiga adalah obesitas dengan jumlah 9 mahasiswa (5,5%). Paling sedikit responden berstatus gizi sangat kurus dan gemuk masing-masing berjumlah 8 mahasiswa (4,9%).

Tabel 1. Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin di Universitas Tompotika Luwuk Banggai Tahun 2022

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	61	37,2
Perempuan	108	67,8
Status Gizi		
Sangat Kurus	8	4,9
Kurus	21	12,8
Normal	118	71,9
Gemuk	8	4,9
Obesitas	9	5,5
Indeks Prestasi Kumulatif		
Tinggi	143	87,2
Rendah	21	12,8

Berdasarkan tabel 4 di atas, jumlah mahasiswa berdasarkan IPK yang memiliki nilai IPK tertinggi sebanyak 143 mahasiswa (87,2%) sedangkan yang memiliki IPK terendah adalah 21 mahasiswa (12,8%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Hubungan Status Gizi Dengan IPK Mahasiswa Universitas Tompotika Luwuk Banggai Tahun 2022

Universitas Pampetika Luwak Banggai Tahun 2022					
Status Gizi	IPK				P value
	Rendah		Tinggi		
	N	%	N	%	
Sangat Kurus	1	12,5	7	87,5	0,488
Kurus	5	23,8	16	76,5	
Normal	14	11,9	104	88,1	
Gemuk	1	12,5	7	87,5	
Obesitas	0	0	9	100	
Total	21	12,8	143	87,2	

Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel 5. Responden yang status gizinya normal cenderung memiliki IPK yang tinggi sebesar 104 (88,1%). Namun demikian, baik responden kurus maupun gemuk tidak menunjukkan kejadian. Jadi hasil penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa karena $p\text{-value } 0,488 > 0,05$.

PEMBAHASAN

Nutritional status (status gizi) adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antarindividu. Hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan dan lainnya (Thamaria, 2017).

Seseorang yang mempunyai status gizi optimal adalah kondisi seseorang dimana antara asupan zat gizi di dalam tubuhnya dengan kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya seimbang (Waspadji, 2010).

Kebiasaan adalah suatu perilaku yang berhubungan dengan makan seseorang, pola makanan atau susunan hidangan yang 8 dimakan, pantangan, distribusi makanan dalam anggota keluarga. Kebiasaan makan yang baik dimulai dirumah, atas bimbingan dari orang tua baik ibu, ayah dan anggota keluarga lainnya (Maria, 2012).

Kebiasaan mengonsumsi makanan terbentuk dari empat komponen, yaitu (1) Konsumsi makanan (pola konsumsi), meliputi jumlah, jenis frekuensi dan proporsi makanan yang dikonsumsi atau komposisi makanan; (2) Preferensi atau selera terhadap makanan, mencakup sikap terhadap makanan (suka atau tidak suka terhadap makanan); (3) Ideologi atau pengetahuan terhadap makanan, terdiri atas kepercayaan dan tabu; (4) Sosial budaya makanan, meliputi umur, asal, pendidikan, kebiasaan membaca, besar keluarga, mata pencaharian atau pekerjaan, luas pemilikan lahan, dan ketersediaan makanan (Maria, 2012).

Asupan dan kebutuhan gizi remaja dapat dipengaruhi oleh perubahan kebiasaan makan dan gaya hidup. Pola konsumsi sehari-hari, aktivitas fisik yang dilakukan dan

keadaan kesehatan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi status gizi secara langsung (Kemenkes, 2014). Pola konsumsi pangan umumnya dipengaruhi faktor sosial budaya, demografi, dan faktor gaya hidup, serta berkaitan dengan resiko beberapa penyakit generatif (Leyna, 2010). Setiap individu sangat membutuhkan yang namanya status gizi, asupan makanan dan perilaku makan yang baik karena semua itu dapat mempengaruhi aktivitas sehari-harinya. Seperti halnya mahasiswa yang mengalami kekurangan gizi akan berdampak pada prestasi belajarnya. Prestasi belajar mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lingkungan, motivasi, IQ, dan kondisi tempat belajarnya.

Menurut penelitian ini, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi mahasiswa Universitas Tompotika Luwuk dengan IPK karena nilai $p\text{-value} = 0,488 > 0,05$. Masalah gizi di kalangan mahasiswa Universitas Tompotika Luwuk diyakini masih tergolong rendah, artinya tidak terlalu menghambat kemampuan belajar mereka secara signifikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rinjani (2020), dimana Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan parameter BB/TB^2 digunakan untuk mengetahui kondisi gizi dan parameter KPA (Kartu Prestasi Akademik) digunakan untuk menentukan IPK mahasiswa. Uji statistik peringkat Spearman digunakan. Berdasarkan hasil tes tidak ada hubungan antara status gizi dengan IPK ($P = 0,488$).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa karena nilai $p\text{-value} = 0,488 > 0,05$. Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan dalam metode penelitian. Saran bagi penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain case control dengan jumlah sampel yang sesuai pada kelompok kasus dan kontrol. Selain itu penelitian selanjutnya dapat memberikan batasan waktu studi pada mahasiswa yang menjadi sampel penelitian.

Diharapkan kepada mahasiswa yang masih mempunyai status gizi yang kurang, hendaknya berusaha meningkatkan status gizinya dengan melaksanakan pola makan sehat dan istirahat secara teratur dan untuk peneliti yang lain dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel yang lain, sehingga variabel yang mempengaruhi prestasi belajar Indeks Prestasi Kumulatif dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih yang teramat dalam penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian kegiatan penelitian ini, kepada pihak institusi Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Untika, Seluruh responden dan informan yang terlibat dalam penelitian ini, serta seluruh pihak yang tak bisa peneliti sebutkan satu-persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik.(2020). *Statistik Indonesia Tahun 2020*. Jakarta Pusat : Badan Pusat Statistik.
- Ghullam H. (2018). *Pengaruh Motivasi Belajar Mahasiswa*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Gibson RS. (2018). *Principles of Nutritional Assessment*. Oxford University Press, New York.
- Leyna, Husain. (2010). *Hubungan Ketahanan Pangan Terhadap Status Gizi*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Maria, Aswatini. (2012). *Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Bogor : Dian Rakyat.
- Soeparwoto. (2020). *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UNNES Pres.
- Suhardjo. (2018). *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Waspadji. (2012). *Penatalaksanaan Gizi Seimbang*. Jakarta : Salemba Medika.
- WHO. (2019). *Health Profile : World Health Organization Indonesia*. [Online]. [Http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html](http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html) [diakses pada tanggal 18 Mei 2022].