

The Relationship Of Emotional Quotient And Nutritional Status With Learning Achievement On 22nd Junior High School Bandar Lampung Student

Fauzi FNF, Angraini DI, Dewiarti AN, Sahli, AZ.
Faculty of Medicine Lampung University

Abstract

Learning achievement is influenced by several factors such as physiology (nutritional status and five sense) and psychology intelligence (IQ, EQ, SQ), these factors are included as endogenous factors. Meanwhile exogenous factors are also influenced. The aim of this research is to determine the relationship of emotional quotient and nutritional status with learning achievement. In this research, there are 107 students of 22nd Junior High School Bandar Lampung. The design of this study is cross-sectional design with proportionate stratified random sampling as the sampling technique. The results showed that 46,7% of students have good, 29,9% are moderate and 23,4% are low emotional quotient. There are 18,7% are underweight, 61,7% are, 19,6% are overweight nutritional status. There are 24,3% of students are high, 50,5% are moderate and 24,3% are low learning achievement. This suggests that emotional quotient and nutritional status have significant association ($p=0,006$). Nutritional status and learning achievement also have significant association from statistics ($p=0,00$).

Keywords: Emotional quotient, learning achievement, nutritional status

Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMP Negeri 22 Bandar Lampung

Abstrak

Prestasi belajar dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor endogen seperti fisiologi (status gizi dan panca indera) dan psikologi intelegensi (IQ, EQ, SQ). Selain itu faktor eksogen juga berpengaruh dalam prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan status gizi dengan prestasi belajar. Penelitian ini dilakukan pada 107 siswa SMP Negeri 22 Bandar Lampung. Metode yang dipakai adalah *cross-sectional* dengan teknik sampling adalah *propotionate stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecerdasan emosional siswa kategori baik sebanyak 46,7% siswa; kategori cukup 29,9% siswa dan kategori kurang 23,4% siswa. Status gizi siswa dalam kategori kurus sebanyak 18,7% siswa; kategori normal 61,7% siswa dan kategori gemuk 19,6% siswa. Prestasi belajar siswa dalam kategori tinggi sebanyak 24,3%; kategori sedang 50,5% dan dalam kategori rendah 24,3%. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional ($p=0,006$) dan prestasi belajar memiliki hubungan yang bermakna serta status gizi dan prestasi belajar memiliki hubungan yang bermakna ($p=0,00$) secara statistik.

Kata kunci: Kecerdasan emosional, prestasi belajar, status gizi

Pendahuluan

Dinamika pembangunan di Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang berusaha untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dengan cara meningkatkan mutu pendidikan. Pendidikan yang berkualitas biasanya selalu disertai dengan kuantitas prestasi belajar yang baik sehingga prestasi belajar tidak bisa dipisahkan dari perbuatan belajarkarena belajar merupakan proses sedangkan prestasi belajar merupakan hasilnya. Salah satu cara menilai kualitas siswa adalah dengan melihat prestasi belajarnya (Wasis, 2001).

Prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal yaitu psikologi, jasmani, fisiologis, panca indra dan faktor eksternal meliputi lingkungan, sosial, instrumental (Slameto, 2010, Wasis, 2001, Setiawati dkk., 2002). Sebagai salah satu faktor endogen yang penting, psikologis yang salah satunya adalah kecerdasan emosional memiliki sumbangan lebih besar dari pada *Intelligence Quotient* (IQ) dalam proses pembelajaran (Setiawati dkk, 2002).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Goleman (1996) menunjukkan bahwa selain kecerdasan Intelektual (IQ), faktor kecerdasan Emosional (EQ) sangat berperan dalam hasil belajar. Pernyataan ini juga didukung oleh Thonhowi (Goleman, 2001) bahwa berhasil tidaknya pendidikan tidak semata-mata tergantung pada tingkat kecerdasan. Faktor emosi ternyata ikut serta mempengaruhi. Misalnya rasa takut, benci atau bosan terhadap bahan belajar, sifat mudah putus asa di dalam mengerjakan pekerjaan rumah, kekecewaan terus menerus akan sangat mempengaruhi hasil belajar siswa (Setiawati dkk, 2002).

Kecerdasan emosional (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (*mood*), berempati serta bekerjasama baik dalam berkelompok maupun untuk diri sendiri. Berbagai penelitian dari psikologi anak telah membuktikan bahwa anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah anak-anak bahagia, percaya diri, populer, dan lebih sukses di sekolah. Mereka lebih mampu menguasai gejolak emosi mereka, mengatasi hubungan yang manis dengan orang lain, menimbulkan suasana yang damai, mampu mengelola stres, dan memiliki kesehatan mental yang baik. Penelitian sekarang banyak yang menemukan bahwa

kecerdasan emosional dan keterampilan sosial sangat lebih penting dalam kesuksesan seseorang daripada kemampuan intelektual (Goleman, 1994).

Selain dari kecerdasan emosional (EQ) ternyata status gizi juga sangat berpengaruh dalam proses belajar sehingga dapat menurunkan konsentrasi seseorang dalam proses belajar. Malnutrisi berhubungan dengan kecerdasan intelegensi dan perolehan hasil belajar yang rendah (Krisnawati, 2009). Status gizi merupakan salah satu indikator penting dalam penilaian status kesehatan masyarakat.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, peneliti merasa perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut mengenai hubungan kecerdasan emosional (EQ) dan status gizi dengan prestasi belajar pada siswa SMP Negeri 22 Bandar Lampung. Bila ditinjau dari aspek psikologi siswa sekolah menengah tingkat pertama yang berusia antara 13-15 tahun merupakan masa dimana anak mulai memahami apa yang sedang mereka pelajari bukan sekedar mengetahui seperti siswa di sekolah dasar. Siswa SMP harus bisa mengelola emosi dalam proses pembelajaran (Setiawati dkk, 2002).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober sampai dengan bulan Desember 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 22 Bandar Lampung yang berjumlah 890 orang. Besar sampel dalam penelitian adalah 98 orang. Namun sebagai cadangan disediakan 10% sehingga total sampel adalah 107 orang. Metode pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional dan status gizi sedangkan variabel terikat adalah prestasi belajar. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan uji alternatif *fisher* atau *kolmogorov-smirnov* (Dahlan, 2012).

Hasil

Pada Tabel 1, menunjukkan tingkat kecerdasan emosional pada subyek penelitian yaitu dalam kategori baik sebanyak 50 siswa atau 46,7%; kategori

cukup sebanyak 32 siswa atau 29,9%; dan kategori kurang sebanyak 25 siswa atau 23,4%. Rerata subyek penelitian mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang baik (67,52%). Nilai terbesar dari tingkat kecerdasan emosional adalah 98 sedangkan nilai terendah 30.

Tabel 1. Tingkat Kecerdasan Emosional Subyek Penelitian

| Variabel | Mean \pm SD | Min | Max | n | Persentase(%) |
|--------------------|-------------------|-----|-----|-----|---------------|
| Tingkat Kecerdasan | 67,52 \pm 15,96 | 30 | 98 | | |
| a. Baik | | | | 50 | 46,7 |
| b. Cukup | | | | 32 | 29,9 |
| c. Kurang | | | | 25 | 23,4 |
| Total | | | | 107 | 100 |

Data status gizi subjek penelitian terdapat pada Tabel 2. Pada subyek penelitian sebanyak 20 siswa atau 18,7% termasuk kategori kurus; kategori normal sebanyak 66 siswa atau 61,7% dan kategori lebih sebanyak 21 siswa atau 19,6%. Nilai rerata *Indeks Masa Tubuh* siswa adalah 19,32 dan termasuk dalam kategori normal dan nilai indeks masa tubuh tertinggi 29 dalam kategori lebih sedangkan indeks masa tubuh terendah dengan nilai 11 dengan kategori kurang dan jumlah .

Tabel 2. Status Gizi Subyek Penelitian

| Variabel | Mean \pm SD | Min | Max | n | Persentase(%) |
|-------------|------------------|------|-----|-----|---------------|
| Status Gizi | 19,32 \pm 3,96 | 11.8 | 29 | | |
| a. Kurang | | | | 20 | 18,7 |
| b. Normal | | | | 66 | 61,7 |
| c. Lebih | | | | 21 | 19,6 |
| Total | | | | 107 | 100 |

Prestasi belajar diperoleh dari nilai mid semester pada subyek penelitian termasuk nilai rata-rata KKM dalam kategori tinggi sebanyak 27 siswa atau 25,2% sedang sebanyak 54 siswa atau 50,5% dan rendah sebanyak 26 siswa atau 24,3%. jumlah rata-rata nilai semua mata pelajaran 69,7 dan nilai rata-rata tertinggi 87,00 sedangkan nilai terendah 42,32. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Prestasi Belajar Subyek Penelitian

| Variabel | Mean \pm SD | Min | Max | n | Persentase(%) |
|------------------|-----------------|-------|-------|-----|---------------|
| Prestasi Belajar | 69,7 \pm 10,7 | 42,32 | 87,00 | | |
| a. Rendah | | | | 26 | 24,3 |
| b. Sedang | | | | 54 | 50,5 |
| c. tinggi | | | | 27 | 24,3 |
| Total | | | | 107 | 100 |

Pada Tabel 4, didapatkan hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosional kurang dan cukup+baik dengan prestasi belajar rendah dan sedang+tinggi dengan nilai $p=0,00$ ($<0,05$) dengan nilai OR (*Odds Ratio*) sebesar 14,36 yang artinya adalah subyek dengan kecerdasan emosional kurang berisiko memiliki prestasi belajar rendah sebesar 14,36 kali lebih besar dibanding subyek dengan kecerdasan emosional cukup+baik.

Tabel 4. Resiko hubungan kecerdasan emosional dengan prestasi belajar.

| Kecerdasan Emosional | Prestasi Belajar | | Total | OR | pValue | 95% CI |
|----------------------|------------------|---------------|-------|------|--------|-------------|
| | Rendah | Sedang+tinggi | | | | |
| Kurang | 7 | 7 | 83 | 14,3 | 0,00 | 0,024-0,203 |
| Cukup+Baik | 12 | 71 | 24 | | | |
| Total | 29 | 78 | 107 | | | |

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat kecerdasan emosional sebagian besar adalah dalam kategori baik sebanyak 50 siswa atau 46,7% hal ini bisa disebabkan karena sebagian besar subyek penelitian berjenis kelamin perempuan yang biasanya mempunyai kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki (Setiawati, dkk 2002). Dari hasil analisis juga diperoleh nilai OR sebesar 14,3 yang berarti bahwa siswa yang mempunyai kecerdasan emosional kurang memiliki resiko 14,2 kali lebih besar untuk memiliki prestasi belajar rendah dibandingkan dengan siswa yang memiliki kecerdasan emosional cukup+baik.

Tabel 5. Resiko hubungan status gizi dengan prestasi belajar.

| Status Gizi | Prestasi Belajar | | Total | OR | pValue | 95% CI |
|--------------|------------------|---------------|-------|------|--------|-------------|
| | Rendah | Sedang+Tinggi | | | | |
| Kurang | 11 | 9 | 20 | 5,86 | 0,00 | 2,07 -16,62 |
| Normal+Lebih | 15 | 72 | 87 | | | |
| Total | 26 | 81 | 107 | | | |

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar siswa dengan nilai $p=0,00$ ($<0,05$) kemudian dari hasil distribusi status gizi terhadap prestasi belajar menggambarkan bahwa status gizi yang kurang 5,86 kali lebih beresiko memiliki prestasi belajar rendah dibandingkan dengan siswa yang berstatus gizi normal dan lebih.

Pembahasan

Prestasi belajar merupakan penilaian terhadap hasil belajar siswa. Menurut peraturan menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 66 tahun 2013 tentang standar penilaian pendidikan, nilai midsemester yang merupakan salah satu dari penilaian pengetahuan.

Penilaian menggunakan nilai rata-rata Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang dilakukan dengan mengategorikan rentang nilai 81-100 tinggi, 65-80 sedang, dan 64-50 rendah (Arum, 2012). Nilai mid semester didapatkan dengan merata-ratakan nilai dari 12 mata pelajaran yang diujikan sehingga dapat menggambarkan prestasi belajar siswa secara umum.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa prestasi belajar pada populasi penelitian terbanyak adalah kategori sedang yaitu sebanyak 50,5% siswa. Hal tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang memengaruhi prestasi belajar yang dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu internal dan eksternal, faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yaitu faktor fisiologis, psikologis (IQ, EQ, SQ), bakat, minat, kemauan, motivasi, dan yang lainnya. Faktor eksternal adalah faktor yang ada di luar individu seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, instrumental, waktu ketersediaan untuk belajar. Faktor eksternal yang berpengaruh secara dominan

terhadap prestasi belajar antara lain adalah lingkungan, keluarga, fasilitas pendidikan dan guru di sekolah (Slameto, 2010).

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor psikologis yang timbul dari dalam diri seseorang serta dapat mempengaruhi proses belajar sehingga berpengaruh pula pada hasil belajarnya. Hasil penilaian tingkat kecerdasan emosional diklasifikasikan berdasarkan kategori yang dibuat oleh Pamularsiah (2009), yaitu baik dengan nilai 70-100, cukup 69-50, dan kurang <50. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diketahui bahwa tingkat kecerdasan emosional pada populasi penelitian terbanyak adalah kategori baik yaitu sebanyak 50 siswa. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang baik, mampu menyelesaikan dan bertanggung jawab penuh pada pekerjaan dan mudah bersosialisasi (Golman, 1994).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2012), pada 60 siswa SMA UII, diketahui bahwa siswa yang mempunyai kecerdasan emosional kategori rendah 3 siswa atau 5%, kategori sedang 24 siswa atau 40% dan kategori tinggi 33 siswa atau 55%.

Hasil analisis menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan yang bermakna dengan prestasi belajar siswa dengan nilai $p=0,006$ ($p<0,05$). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat kecerdasan emosional sebagian besar adalah dalam kategori baik sebanyak 50 siswa atau 46,7% hal ini bisa disebabkan karena sebagian besar subyek penelitian berjenis kelamin perempuan yang biasanya mempunyai kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki (setiawati, dkk 2002). Dari hasil analisis juga diperoleh nilai OR sebesar 14,2 yang berarti bahwa siswa yang mempunyai kecerdasan emosional kurang memiliki resiko 14,2 kali lebih besar untuk memiliki prestasi belajar rendah dibandingkan dengan siswa yang memiliki kecerdasan emosional cukup+baik.

Sesuai dengan pernyataan Tjundjing (2001), mengatakan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang rendah akan mengakibatkan seseorang tidak dapat menggunakan kemampuan kognitifnya dengan potensi yang maksimal dan biasanya cenderung lebih mudah putus asa. Hal ini dikarenakan banyak faktor-

faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional diantaranya umur, genetik, lingkungan, pola asuh dll. Sedangkan untuk kecerdasan emosional tinggi akan mempengaruhi keterampilan kognitif yang terdapat dalam aspek-aspek prestasi akademik, karena keterampilan kognitif dapat menjelaskan kemampuan siswa dalam mengelola sistem belajarnya.

Selain faktor psikologis, faktor fisiologis yang salah satunya mencakup status gizi dapat mempengaruhi prestasi belajar. Hasil penelitian ini menunjukkan status gizi pada subyek penelitian terbanyak adalah kategori normal, yaitu sebanyak 66 siswa atau 61,7%. Dan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar siswa dengan nilai $p=0,00$ ($<0,05$) kemudian dari hasil distribusi status gizi terhadap prestasi belajar menggambarkan bahwa status gizi yang kurang 5,86 kali lebih beresiko memiliki prestasi belajar rendah dibandingkan dengan siswa yang berstatus gizi normal dan lebih.

Menurut Almatsier (2010), rendahnya status gizi disebabkan oleh penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung salah satunya adalah konsumsi makanan yang kurang. Sedangkan penyebab tidak langsung yang dominan meliputi tingkat ekonomi dan, pendidikan gizi yang kurang. Akibat status gizi kurang dapat menyebabkan perkembangan otak yang tidak sempurna sehingga menyebabkan kognitif dan kemampuan belajar terganggu (Soekirman, 2000).

Rendahnya status gizi dapat berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak karena dapat menurunkan daya konsentrasi anak dalam proses belajarnya (Syah, 2010). Kekurangan atau kelebihan zat-zat esensi gizi bisa mempengaruhi terjadinya *learning disabilities* (gangguan belajar), bekerja kurang, kesakitan sampai kematian. Masalah-masalah gizi yang terjadi di Indonesia masih sangat banyak antara lain kekurangan energi protein (KEP), anemia, kurang vitamin A (KVA), gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY) yang sangat mempengaruhi konsentrasi dan kemampuan belajar siswa (Depkes, 2005).

Simpulan

Kecerdasan emosional dan prestasi belajar memiliki hubungan yang bermakna secara statistik. Status gizi dan prestasi belajar memiliki hubungan yang bermakna secara statistik.

Daftar Pustaka

- Almatsier S, 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.Hlm: 36-39
- Arum P, 2012.Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Psikologi Tingkat Satu Universitas Gunadarma.Skripsi. Universitas Gunadarma. Jakarta Hlm: 8-11
- Dahlan M. S, 2012. Statistik untuk Kedokteran Kesehatan. Salemba Medika. Jakarta. Hlm: 32-34
- Depkes RI, 2005. Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta. Hlm: 19-23
- Goleman D, 1994. Apakah Kegunaan Emosi. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. Hlm: 78-116
- Goleman D, 1996. Kecerdasan Emosional. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.Hlm: 43-50
- Goleman D, 2001. Mengapa EQ lebih penting dari IQ. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. Hlm: 21-44
- Huwae, 2005. Hubungan antara Status Gizi dan Kadar Hb dengan Prestasi Belajar Murid SD di Daerah Endemis Malaria. Tesis. Program Sarjana UGM. Yogyakarta. Hlm:19-66
- Krisnawati. Soelisyowati E, Itiyati A. 2009. Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Anak Kelas Satu SDN Trisobo 2 Sidoarjo. Jurnal Keperawatan 11(3).
- Marlina Y, 2011. Pengaruh Status Gizi, Asupan Energi dan Protein Terhadap Prestasi Belajar siswa SD Negeri 2 Bandar Lampung. Skripsi. Program Studi Pendidikan Dokter. Universitas Lampung. Hlm: 21-29
- Pamularsih A, 2009. Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SDN 2 Selo Kecamatan Selo, Kabupaten Boyolali.Skripsi.Universitas Muhammadiyah. Surakarta. Hlm: 12
- Setiawati M. Wijayanto P. Setiadi W, 2002. Hubungan Kecerdasan Emosional, Status Gizi dengan Prestasi Belajar. Tesis.Universitas Diponegoro Semarang. Semarang Hlm: 19-29
- Slameto. 2010. Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Rineka Cipta. Jakarta. Hlm: 42-50
- Soekirman.2003. Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Departemen Pendidikan Nasional. Hlm: 31-35
- Syah M, 2010. Psikologi Pendidikan. PT Remaja Rosdakarya: Bandung. Hlm: 11-32
- Tjundjing S, 2001. Hubungan Antara IQ, EQ, dan AQ dengan Prestasi Studi Pada Siswa SMU.Indonesian Psychological Journal 17(1);69-87.
- Wasis D, 2001. Hubungan Intelegensi, Status Gizi dengan Prestasi Belajar siswa SLTP. Tesis.Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang. Hlm: 11-30