

**HUBUNGAN PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL, POLA KONSUMSI  
DAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA  
SMAN 1 BUKIT BATU, KABUPATEN BENGKALIS  
PROVINSI RIAU TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai  
Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan  
Program Studi S1 Gizi**



**Oleh :**

**FADHILA SARI RAMADHANI**

**NIM: 1813211124**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS  
PADANG  
2020**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Judul Skripsi

Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan  
Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis  
Provinsi Riau Tahun 2019

Oleh :

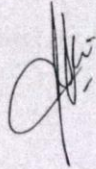
**FADHILA SARI RAMADHANI**

**NIM: 1813211124**

Skripsi ini telah disetujui dan diperiksa oleh dosen pembimbing skripsi Program Studi S1 Gizi  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

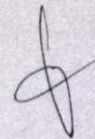
Komisi Pembimbing

Pembimbing I



(Wilda Laila, M.Biomed)

Pembimbing II

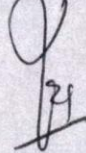


(Maria Nova, M.Kes)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

Program Studi S1 Gizi

Ka. Prodi



(Widia Dara, SP, MP)

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul Skripsi

Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan  
Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis  
Provinsi Riau Tahun 2019

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

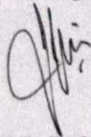
**FADHILA SARI RAMADHANI**

**NIM: 1813211124**

Telah dipertahankan dihadapan tim penguji Skripsi

Komisi

Pembimbing I



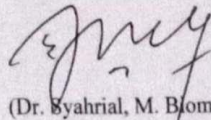
(Wilda Laila, M.Biomed)

Pembimbing II



(Maria Nova, M.Kes)

Penguji

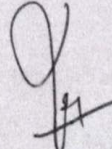


(Dr. Syahrial, M. Biomed)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang

Program Studi S1 Gizi

Ka. Prodi



(Widia Dara, SP, MP)

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Fadhila Sari Ramadhani

NIM : 1813211124

Tempat/Tgl/Lahir : Sungai Pakning, 27 Januari 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jl. Jendral Sudirman, Gawar- gawar, RT 001, RW 001,  
Kelurahan Sungai Pakning, Kecamatan Bukit Batu,  
Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

Nama Orang Tua

1. Ayah : Gunawan

2. Ibu : Syamsidawati

Riwayat Pendidikan :

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun
1.	TK Tunas Harapan	Sungai Pakning	2002-2003
2.	SDN 022 Sungai pakning	Sungai Pakning	2003-2009
3.	SMPN 1 Sungai Pakning	Sungai Pakning	2009-2012
4.	SMAN 1 Sungai Pakning	Sungai Pakning	2012-2015
5.	Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2015-2018
6.	S1 Gizi Stikes Perintis Padang	Padang	2018-2020

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fadhila Sari Ramadhani  
NIM : 1813211124  
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Pakning, 27 Januari 1997  
Program Studi : S1 Gizi STIKes Perintis Padang  
Nama Pembimbing 1 : Wilda Laila, M.Biomed  
Nama Pembimbing 2 : Maria Nova, M.Kes

Dengan ini menyatakan bahan skripsi yang berjudul :

**“Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi  
Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis  
Provinsi Riau Tahun 2019”**

Merupakan karya sendiri, bukan plagiat dari skripsi orang lain dan diakui keabsahannya dan apabila pernyataan ini terbukti tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi ketentuan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, Februari 2020



Fadhila Sari Ramadhani  
NIM : 1813211124

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG  
Skripsi, Februari 2020**

**FADHILA SARI RAMADHANI**

**HUBUNGAN PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL, POLA KONSUMSI DAN  
STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA SMAN 1 BUKIT  
BATU KABUPATEN BENGKALIS PROVINSI RIAU TAHUN 2019  
xiii + 50 Halaman + 9 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran**

**ABSTRAK**

Prestasi belajar siswa di Indonesia masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan negara berkembang lainnya. Hal ini didukung oleh laporan UNESCO bahwa pada tahun 2017 Indonesia menduduki peringkat 5 se-ASEAN dengan 11% murid gagal menuntaskan pendidikan atau keluar dari sekolah. SMAN 1 Bukit Batu berada di Kecamatan Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau. SMAN 1 Bukit Batu merupakan salah satu SMA favorit di Kabupaten Bengkalis yang berisikan siswa pilihan yang memiliki pengetahuan dan prestasi yang baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pemanfaatan media sosial, pola konsumsi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu.

Penelitian dilakukan di SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau. Metode yang dipakai adalah *cross sectional*. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Bukit Batu dengan jumlah sampel 49 siswa. Penelitian dilaksanakan pada April 2019 – April 2020. Teknik pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Untuk melihat hubungan antar variabel digunakan batas bermakna atau  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kepercayaan 95%. Uji analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji statistik dengan rumus chi-square. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS.

Hasil analisa univariat menggambarkan bahwa 34,7% prestasi belajar siswa tidak baik, 38,8% pemanfaatan media sosial tidak baik, 34,7% pola konsumsi karbohidrat tidak baik, 40,8% pola konsumsi protein tidak baik, 53,1% pola konsumsi Fe tidak baik, 36,7% pola konsumsi zinc tidak baik dan 26,5% pola konsumsi kalsium tidak baik serta 51,0% status gizi tidak baik. Hasil analisa bivariat didapatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pemanfaatan media sosial dan status gizi dengan prestasi belajar. Sedangkan untuk pola konsumsi (karbohidrat, protein, Fe, zinc dan kalsium) tidak terdapat hubungan bermakna dengan prestasi belajar.

Disarankan kepada guru untuk memberikan informasi dan memberikan motivasi kepada siswa dalam kegiatan pembelajaran dan diharapkan kepada siswa hendaknya memperhatikan materi yang diberikan oleh guru dan selalu aktif dalam proses pembelajaran agar prestasi belajar yang dicapai bisa maksimal.

**Kata Kunci** : **Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi,  
Status Gizi, Prestasi Belajar**  
**Daftar Pustaka** : **41 (2013-2018)**

**STUDY PROGRAM OF THE S1 NUTRITION  
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE PERINTIS PADANG  
Scription, February 2020**

**FADHILA SARI RAMADHANI**

**THE RELATIONSHIP OF THE UTILIZATION OF SOCIAL MEDIA,  
CONSUMPTION PATTERNS AND NUTRITIONAL STATUS WITH  
STUDENT ACHIEVEMENTS OF SMAN 1 BUKIT BATU DISTRICT,  
BENGKALIS DISTRICT, RIAU PROVINCE, 2019**

**xiii + 50 Pages + 9 Tables + 2 Pictures + 10 Attachments**

**ABSTRACT**

Student achievement in Indonesia is still relatively low when compared to other developing countries. This is supported by UNESCO's report that in 2017 Indonesia ranked 5th in ASEAN with 11% of students failing to complete education or dropping out of school. SMAN 1 Bukit Batu is located in Bukit Batu District, Bengkalis Regency, Riau Province. SMAN 1 Bukit Batu is one of the favorite high schools in Bengkalis Regency which contains selected students who have good knowledge and achievements. The purpose of this study was to determine the relationship of social media utilization, consumption patterns and nutritional status with student achievement in SMAN 1 Bukit Batu.

The study was conducted at SMAN 1 Bukit Batu, Bengkalis Regency, Riau Province. The method used is cross sectional. The subjects in this study were students of class XI SMAN 1 Bukit Batu with a sample of 49 students. The study was conducted in April 2019 - April 2020. The data collection technique in this study was by interview using a questionnaire. To see the relationship between variables used a meaningful limit  $\alpha=0.05$  with a degree of confidence of 95%. Bivariate analysis test in this study uses statistical tests with the chi-square formula. Data analysis was performed using the SPSS program.

The results of the univariate analysis illustrate that 34.7% of students' learning achievement is not good, 38.8% use of social media is not good, 34.7% patterns of carbohydrate consumption are not good, 40.8% patterns of protein consumption are not good, 53.1% patterns Fe consumption is not good, 36.7% pattern of zinc consumption is not good and 26.5% pattern of calcium consumption is not good and 51.0% nutritional status is not good. The results of the bivariate analysis found that there was a significant relationship between the use of social media and nutritional status with learning achievement. As for consumption patterns (carbohydrates, protein, Fe, zinc and calcium) there is no significant relationship with learning achievement.

It is recommended to the teacher to provide information and provide motivation to students in learning activities and it is expected that students should pay attention to the material provided by the teacher and are always active in the learning process so that the learning achievements achieved can be maximized.

**Keywords : Social Media Utilization, Consumption Pattern,  
Nutritional Status, Learning Achievement**  
**Bibliography : 41 (2013-2018)**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan “Skripsi” dengan judul “*Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2019*”. Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana Gizi. Dalam penulisan Skripsi ini, penulis memperoleh dukungan baik moral maupun material dari berbagai pihak. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Yendrizal Jafri, S.Kp, M.Biomed selaku ketua STIKes Perintis Padang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat mengikuti pendidikan di prodi S1 Gizi Perintis Padang.
2. Ibu Widia Dara, SP, MP selaku ketua prodi S1 Gizi Perintis Padang.
3. Ibu Wilda Laila, M.Biomed selaku dosen pembimbing I dalam penyusunan Skripsi ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan serta meluangkan waktunya selama menyelesaikan Skripsi ini.
4. Ibu Maria Nova, M.Kes selaku dosen pembimbing II Skripsi yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada penulis serta meluangkan waktunya selama menyelesaikan Skripsi ini.
5. Bapak Dr. Syahrial, M. Biomed selaku penguji Skripsi yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada penulis serta meluangkan waktunya selama menyelesaikan Skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen beserta staf di STIKes Perintis Padang.



7. Bapak Edi Yusri, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Bukit Batu yang telah memberikan izin serta sarana dan prasarana selama pelaksanaan penelitian.
8. Bapak dan ibu guru beserta staf di SMAN 1 Bukit Batu yang telah membantu selama pelaksanaan penelitian.
9. Terima kasih yang tak terhingga untuk keluarga tercinta, Ayahanda Gunawan, Ibunda Syamsidawati serta abang kandung M. Zaki Ikhsan yang senantiasa memberikan doa dan dukungan serta memotivasi baik dari segi moril maupun materil kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
10. Untuk teman-teman seperjuangan S1-Gizi Angkatan 2018 STIKes Perintis Padang. Terima kasih atas kebersamaan dan dukungan yang telah diberikan selama di bangku perkuliahan.

Semoga ALLAH SWT selalu memberikan rahmat dan karunia-NYA. Dalam penulisan Skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis menerima kritikan dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan Skripsi ini. Penulis berharap Skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan kita semua. Akhir kata penulis do'a kan semoga segala bentuk bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan dari Allah SWT. Aamiin.

Padang, Februari 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	Hal
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Prestasi Belajar .....	8
2.2 Pemanfaatan Media Sosial .....	10
2.3 Pola Konsumsi .....	14
2.4 Status Gizi .....	16
2.5 Remaja .....	18
2.6 Hubungan Antar Variabel .....	19
2.7 Kerangka Teori .....	21
2.8 Kerangka Konsep .....	22
2.9 Hipotesis .....	22
2.10 Definisi Operasional .....	23
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	24
3.1 Desain Penelitian .....	24
3.2 Tempat dan Waktu .....	24
3.3 Populasi dan Sampel .....	24
3.3.1 Populasi .....	24
3.3.2 Sampel .....	25
3.4 Teknik Pengolahan Data .....	26
3.5 Analisa Data .....	27
3.5.1 Analisa Univariat .....	27
3.5.2 Analisa Bivariat .....	27

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
4.1 Gambaran Umum Sekolah .....	28
4.2 Gambaran Sampel.....	30
4.3 Analisa Univariat .....	30
4.3.1 Prestasi Belajar .....	30
4.3.2 Pemanfaatan Media Sosial .....	31
4.3.3 Pola Konsumsi .....	31
4.3.4 Status Gizi .....	32
4.4 Analisa Bivariat .....	33
4.4.1 Hubungan Pemanfaatan Medsos Dengan Prestasi Belajar ....	33
4.4.2 Hubungan Pola Konsumsi Dengan Prestasi Belajar .....	33
4.4.3 Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar .....	36
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
5.1 Keterbatasan Penelitian .....	37
5.2 Prestasi Belajar .....	37
5.3 Pemanfaatan Media Sosial.....	38
5.4 Pola Konsumsi .....	39
5.5 Status Gizi .....	40
5.6 Hubungan Pemanfaatan Medsos Dengan Prestasi Belajar .....	41
5.7 Hubungan Pola Konsumsi Dengan Prestasi Belajar .....	42
5.8 Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar .....	47
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>49</b>
16.1 Kesimpulan .....	49
16.2 Saran .....	50

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional .....	23
Tabel 2	Jumlah Siswa Kelas XI SMAN 1 Bukit Batu .....	24
Tabel 3	Distribusi Jenis Kelamin dan Umur Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	30
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	30
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Pemanfaatan Media Sosial Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	31
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	31
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	32
Tabel 8	Hubungan Pemanfaatan Media Sosial Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	33
Tabel 9	Hubungan Pola Konsumsi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	33
Tabel 10	Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu .....	36

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	21
Gambar 2 Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR SINGKATAN

BB	: Berat Badan
BMR	: Basal Metabolic Rate
DEPKES	: Departemen Kesehatan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IPA	: Ilmu Pengetahuan Alam
IPS	: Ilmu Pengetahuan Sosial
IQ	: Intelligence Quotient
O2SN	: Olimpiade Olahraga Siswa Nasional
OSN	: Olimpiade Sains Nasional
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
TB	: Tinggi Badan
TU	: Tata Usaha
UNICEF	: United Nations Children's Fund

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Informed Consent

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 Kuesioner Pemanfaatan Media Sosial, Status Gizi dan Prestasi Belajar

Lampiran 4 Kuesioner Pola Konsumsi

Lampiran 5 Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi Pembimbing 1

Lampiran 6 Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi Pembimbing 2

Lampiran 7 Master Tabel Penelitian

Lampiran 8 Analisa Univariat dan Bivariat

Lampiran 9 Dokumentasi

Lampiran 10 Surat Penelitian

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan merupakan suatu usaha untuk membantu mengembangkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik yang berguna bagi kehidupan siswa. Pendidikan digunakan sebagai indikator kemajuan suatu bangsa yang sangat penting dalam mendukung pembangunan. Untuk menghasilkan output yang berkualitas dalam pendidikan sangat dipengaruhi oleh berhasil tidaknya kegiatan belajar. Keberhasilan dalam proses belajar mengajar dapat diketahui dari prestasi yang dicapai oleh siswa, dikarenakan prestasi belajar merupakan hasil yang telah dilakukan atau dikerjakan. Berdasarkan laporan UNESCO bahwa pada tahun 2017 Indonesia menduduki peringkat 5 se-ASEAN dengan 11% murid gagal menuntaskan pendidikan alias keluar dari sekolah. Karenanya pendidikan di Indonesia masih tertinggal jika dibandingkan dengan negara berkembang lainnya.

Prestasi belajar merupakan salah satu ukuran dari tingkat kecerdasan anak dalam bentuk nilai atau angka dalam rapor yang diberikan oleh guru dari nilai semester. Nilai atau predikat yang ditulis dalam rapor yaitu Sangat Baik (100-86), Baik (85-71), Cukup (70-56) dan Perlu Bimbingan <55. Pada penelitian ini, prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pemanfaatan media sosial, pola konsumsi dan status gizi.

Media sosial memiliki banyak manfaat dan kegunaan. Menurut Buente dan Robbin (2013) kepentingan penggunaan media sosial terdiri atas empat



bagian seperti informasi (memperoleh informasi atau berita online), kesenangan (mengakses media sosial untuk kesenangan atau menghabiskan waktu), komunikasi (mengirim atau menerima pesan) dan transaksi (membeli produk secara online). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zella Riski (2017) di SMAN 7 Bogor diketahui bahwa untuk kepentingan kegunaan media sosial siswa sebesar 78.5% untuk memperoleh informasi dan 77.1% untuk komunikasi.

Menurut Octaviani (2014), dampak positif penggunaan media sosial menumbuhkan rasa senang serta mengatasi kebosanan, namun dampak negatif dari penggunaan media sosial adalah kurangnya kepekaan terhadap orang sekitar dan menjadi malas untuk berinteraksi secara langsung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zella Riski (2017) di SMAN 7 Bogor menunjukkan dampak positif siswa dari penggunaan media sosial sebanyak 54.2% memberikan pernyataan bahwa media sosial membantu dalam mengerjakan tugas sekolah dan dampak negatif sebanyak 48.3% memberikan pernyataan banyak hal negatif seperti situs porno dan iklan dewasa. Hal tersebut dapat diketahui bahwa siswa menggunakan media sosial dengan baik dan benar.

Status gizi remaja dipengaruhi oleh gaya hidup dan pola makan kelompok remaja, makan tidak teratur, melewatkan waktu makan pagi, makanan selingan hingga makan fast food. Mengonsumsi makanan yang melebihi dari kebutuhan, porsi besar, biasanya terdapat pada remaja yang cepat merasa lapar dan tidak dapat menahan rasa lapar. Disamping itu juga ada faktor lain seperti aktifitas yang berhubungan dengan makanan, frekuensi

makan di luar rumah dan makanan selingan yang tersedia (Wirakusumah, 2013).

Dari hasil penelitian Yunita (2015), diperoleh 62,3% siswa yang berprestasi baik dan 37,7% siswa berprestasi tidak baik, pada asupan makan yang dikonsumsi lebih dari 80% siswa mengkonsumsi protein dan lemak cukup sedangkan pada asupan energi, karbohidrat, vit C, Fe dan Zn siswa mengkonsumsi kurang dari 80%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar dengan *p-value* <0.05.

Gambaran status gizi anak remaja 16-18 tahun di Indonesia memperlihatkan prevalensi nasional status gizi kurus sebesar 9,4% terdiri dari 1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus, serta status gizi gemuk sebesar 7,3% terdiri dari 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas (Riskesdas, 2013). Salah satu prevalensi status gizi tertinggi di Indonesia yaitu Provinsi Riau. Status gizi anak remaja di Provinsi Riau tahun 2013, prevalensi status gizi kurus sebesar 7,9% terdiri dari 2% sangat kurus dan 5,9% kurus dan status gizi gemuk 2,4% terdiri dari 2,4% gemuk dan 0,7% obesitas dan prevalensi status gizi anak remaja di Kabupaten Bengkalis, status gizi kurus sebesar 8,3% terdiri dari 4,5% sangat kurus dan 3,8% kurus dan status gizi gemuk 3,1% terdiri dari 2,1% gemuk dan 1,0% obesitas.

Pada penelitian Nadharatunnaim dkk (2014), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar. Dari penelitiannya didapatkan bahwa siswa yang berstatus gizi kurang dengan prestasi belajar kurang berjumlah 13 orang (29,5%) dan yang berprestasi baik

dengan status gizi kurang berjumlah 6 orang (13,6%) sedangkan siswa dengan status gizi cukup dengan prestasi belajar kurang berjumlah 7 orang (15,9%) dan prestasi belajar baik dengan status gizi cukup berjumlah 18 orang (40,9%).

Masalah gizi remaja masih kurang mendapatkan perhatian, padahal masa remaja juga penting untuk dilakukannya perbaikan gizi. Remaja yang ada di SMAN 1 Bukit Batu tergolong ke dalam kelompok remaja yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dan membutuhkan status gizi yang baik untuk melakukan aktivitasnya setiap hari. Selain itu, remaja di kota ini rata-rata juga menghabiskan sebagian besar waktunya untuk mengakses media sosial. Masalah gizi pada masa remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa. Anak yang kurang gizi akan menjadi remaja yang tidak produktif dan mengakibatkan gangguan perkembangan otak, sehingga berpengaruh pada rendahnya kecerdasan kognitif (Wirakusumah, 2013).

Secara umum, letak lokasi SMAN 1 Bukit Batu beralamat di Jl. Ahmad Yani, RT.08/RW.02 Sejangat, Kecamatan Bukit batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau. Jumlah siswa keseluruhan di SMAN 1 Bukit Batu ini adalah 735 orang, yaitu terdiri dari 352 orang siswa laki-laki dan 383 orang siswa perempuan.

Menurut hasil laporan kesehatan Provinsi Riau tahun 2013, Kabupaten Bengkalis salah satu Kabupaten yang tinggi masalah status gizi. SMAN 1 Bukit Batu berada di Kecamatan Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi

Riau. SMAN 1 Bukit Batu merupakan salah satu SMA favorit di Kabupaten Bengkalis yang berisikan siswa pilihan yang memiliki pengetahuan dan prestasi yang baik. Pada tahun 2016 sampai sekarang SMAN 1 Bukit Batu menggunakan kurikulum baru yang jadwal masuk sekolahnya dari pagi sampai sore (full day) dan sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian terkait gizi di sekolah tersebut. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pemanfaatan media sosial, pola konsumsi dan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Prestasi belajar yang dicapai seorang siswa merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhinya, beberapa faktor diantaranya adalah pemanfaatan media sosial, pola konsumsi dan status gizi. Berdasarkan uraian diatas, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pemanfaatan media sosial siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pola konsumsi (KH, Protein, Fe, Zinc, Kalsium) siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
4. Untuk mengetahui distribusi frekuensi status gizi siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
5. Untuk menganalisis hubungan pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
6. Untuk menganalisis hubungan pola konsumsi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.
7. Untuk menganalisis hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Iptek**

Mendapatkan gambaran secara teoritis tentang Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

#### **1.4.2 Bagi Sekolah**

Memberikan informasi dan masukan bagi pihak SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

#### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Menambah wawasan mengenai gizi serta memberi pengalaman kepada penulis dalam pembuatan skripsi khususnya tentang Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

### **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tentang Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah *cross sectional study*. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Bukit Batu. Teknik pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan cara wawancara.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Prestasi Belajar**

Prestasi belajar merupakan salah satu ukuran dari tingkat kecerdasan anak. Menurut Andriani (2013), cara mengukur kecerdasan anak dapat dilakukan dengan beberapa alternatif, yaitu pengukuran langsung dan tidak langsung. Pengukuran langsung dapat dilakukan dengan psikotes yang menghasilkan ukuran taraf kecerdasan (IQ) sedangkan pengukuran tidak langsung dapat dilakukan dengan memantau prestasi akademik para siswa. Prestasi belajar siswa juga dapat diukur melalui skor prestasi belajar dari beberapa mata pelajaran. Skor prestasi belajar merupakan hasil yang diwujudkan dalam bentuk angka. Perubahan positif yang terjadi pada diri anak menunjukkan adanya hasil belajar. Manfaat yang dapat diperoleh melalui pengukuran hasil belajar atau prestasi belajar antara lain untuk mengetahui apakah proses belajar telah berlangsung secara efektif atau belum.

Prestasi belajar merupakan gabungan dari dua kata, yaitu prestasi dan belajar, yang mana pada setiap kata tersebut memiliki makna tersendiri. Dalam kamus besar bahasa Indonesia, prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dan sebagainya). Prestasi dapat diartikan sebagai hasil yang diperoleh karena adanya aktivitas belajar yang telah dilakukan. Kata prestasi berasal dari bahasa Belanda yaitu *prestatie*. Kemudian dalam bahasa Indonesia menjadi prestasi yang berarti hasil usaha. Istilah prestasi belajar (*achievement*) berbeda dengan hasil belajar (*learning*

*outcome*). Prestasi belajar pada umumnya berkenaan dengan aspek pengetahuan sedangkan hasil belajar meliputi aspek pembentukan watak peserta didik.

Sutratinah Tirtonegoro mengartikan prestasi belajar sebagai penilaian hasil usaha kegiatan belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf, maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang sudah dicapai oleh setiap anak dalam periode tertentu. Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai oleh siswa selama proses belajar mengajar dalam kurun waktu tertentu. Hasil pengukuran dari belajar tersebut diwujudkan dalam bentuk angka, huruf, simbol, maupun kalimat yang menyatakan keberhasilan siswa selama proses pembelajaran.

Menurut Muhibbin Syah, prestasi belajar diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam sebuah program pengajaran. Indikator prestasi belajar adalah pengungkapan hasil belajar yang meliputi segenap ranah psikologis yang berubah sebagai akibat pengalaman dan proses belajar siswa. Ranah yang dimaksud antara lain ranah cipta, rasa dan karsa. Prestasi belajar bidang pendidikan adalah hasil dari pengukuran terhadap peserta didik yang meliputi faktor kognitif, afektif, dan psikomotorik setelah mengikuti proses pembelajaran yang diukur dengan menggunakan instrumen tes atau instrumen yang relevan. Prestasi belajar adalah penilaian pendidikan tentang kemajuan siswa dalam segala hal yang dipelajari di sekolah yang menyangkut pengetahuan atau ketrampilan yang dinyatakan sesudah hasil penelitian.



Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah hasil usaha siswa yang dapat dicapai berupa penguasaan pengetahuan, kemampuan kebiasaan dan keterampilan serta sikap setelah mengikuti proses pembelajaran yang dapat dibuktikan dengan hasil tes. Prestasi belajar merupakan suatu hal yang dibutuhkan siswa untuk mengetahui kemampuan yang diperolehnya dari suatu kegiatan yang disebut belajar.

Prestasi belajar seorang murid dapat diketahui dengan mengadakan proses penilaian atau pengukuran melalui kegiatan evaluasi. Alat evaluasi dalam pengukuran prestasi belajar adalah tes yang telah disusun dengan baik supaya hasilnya benar-benar dapat mengukur kemampuan seorang murid. Prestasi belajar yang dimaksudkan ialah hasil (penguasaan) yang dicapai oleh siswa dalam bidang studi tertentu setelah mengikuti proses belajar mengajar di suatu sekolah.

Menurut Slameto (2013), mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat dibagi menjadi dua jenis, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor jasmaniah (seperti kesehatan), psikologis (seperti minat, bakat, motif, perhatian, kematangan, kesiapan dan intelegensi), dan kelelahan baik jasmani maupun rohani. Sedangkan faktor eksternal meliputi faktor keluarga (yaitu cara mendidik anak, hubungan antar anggota keluarga, suasana rumah, latar belakang ekonomi dan kebudayaan, serta pengertian orang tua), faktor sekolah (meliputi metode pengajaran dan kurikulum, hubungan guru dengan siswa, hubungan siswa dengan siswa, alat dan standar pelajaran, waktu sekolah, keadaan gedung sekolah) dan faktor masyarakat (seperti bagaimana siswa saling

berinteraksi dengan masyarakat, media massa, pergaulan siswa, serta bentuk kehidupan masyarakat).

Cara penilaian prestasi belajar mengacu pada penilaian yang tertuang dalam (Peraturan Menteri dan Kebudayaan No.66 dan 81 Tahun 2013), dijelaskan bahwa pengertian penilaian sama dengan pengertian assesment, sehingga hanya 3 kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk melihat perkembangan peserta didik, yaitu :

1. Pengukuran yang diartikan kegiatan membandingkan hasil pengamatan dengan suatu kriteria atau ukuran.
2. Penilaian adalah proses mengumpulkan informasi/bukti melalui pengukuran, menafsirkan, mendeskripsikan dan menginterpretasi bukti-bukti hasil pengukuran. Hasil penilaian ini berupa nilai di rapor.
3. Evaluasi adalah proses mengambil keputusan berdasarkan hasil-hasil penilaian.

Menurut hasil penelitian Amany.T dan Sekartini. R (2015), terdapat lebih banyak siswa dengan prestasi belajar yang rendah pada mata pelajaran Bahasa Indonesia 50-80 %, Matematika 53,60 % dan IPA 50,30 %. Terdapat hubungan status gizi yang bermakna secara statistik dengan prestasi belajar dan mata pelajaran IPA pada siswa SDN 03 Pondok Cina, pengambilan data pada penelitian tersebut dilakukan dengan cara pengukuran BB/TB, pengisian kuesioner dan pendataan nilai rapor.

## 2.2 Pemanfaatan Media Sosial

Media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain, dan membentuk ikatan sosial secara virtual (Rulli Nasrullah, 2013). Karakteristik umum yang dimiliki setiap media sosial yaitu adanya keterbukaan dialog antar para pengguna. Sosial media dapat diubah oleh waktu dan diatur ulang oleh penciptanya, atau dalam beberapa situs tertentu, dapat diubah oleh suatu komunitas. Selain itu sosial media juga menyediakan dan membentuk cara baru dalam berkomunikasi.

Seperti diketahui, sebelum muncul dan populernya media sosial, kebanyakan orang berkomunikasi dengan cara sms atau telpon lewat handphone. Namun sekarang dengan adanya media sosial, orang cenderung berkomunikasi lewat layanan obrolan (*chat*) atau berkirim pesan lewat layanan yang tersedia di media sosial. Arus perkembangan teknologi ini bagaimana pun tak akan bisa dibendung, sebagian besar anak dan remaja saat ini telah familiar dengan berbagai situs jejaring sosial tersebut, tidak saja anak dan remaja kota, bahkan anak-anak di pedesaan pun kini telah berangsur-angsur mulai menggunakan jejaring sosial tersebut.

Berkembang pesatnya situs jejaring sosial tersebut tentu saja punya dampak positif dan juga negatif, oleh karena itu penting untuk di buat suatu sistem pengawasan dan bimbingan bagi mereka agar dampak negatif nya dapat di hindari dan dampak positif nya semakin di rasakan. Tahun 2009 hingga saat ini, media sosial (*facebook, path,instagram, twitter*, dan lain-lain)

menjelma menjadi dunia kedua setelah dunia maya. Sebuah perusahaan riset dan pemasaran dari Singapura menyatakan bahwa pengguna internet aktif di Indonesia sudah terhitung sejak Januari 2014 tercatat sebanyak 72,7 juta orang. Sebanyak 98% dari pengguna internet memiliki akun media sosial dan 79% aktif mengakses akun media sosial dalam kurun waktu satu bulan terakhir. *Facebook* memegang jumlah terbesar yaitu 93% dari jumlah total pengguna internet di Indonesia (Endri, 2017). Tugas mengawasi dan membimbing itu tentu saja bukan guru di sekolah semata, orang tua lah yang seharusnya berperan dalam pengawasan dan bimbingan bagi anak-anaknya. Untuk pedoman pengawasan tersebut tentu saja para orang tua, para anak dan remaja itu sendiri mengetahui apa saja dampak positif dan negatif situs jejaring sosial tersebut.

Menurut Tim Pusat Humas Kementerian Perdagangan RI dalam buku panduan optimalisasi media sosial (2014) ciri ciri media sosial antara lain :

1. Konten yang disampaikan dibagikan kepada banyak orang dan tidak terbatas pada satu orang tertentu.
2. Isi pesan muncul tanpa melalui suatu *gatekeeper* dan tidak ada gerbang penghambat.
3. Isi disampaikan secara *online* dan langsung.
4. Konten dapat diterima secara *online* dalam waktu lebih cepat dan bisa juga tertunda penerimaannya tergantung pada waktu interaksi yang ditentukan sendiri oleh pengguna.
5. Media sosial menjadikan penggunaanya sebagai kreator dan aktor yang memungkinkan dirinya untuk beraktualisasi diri.

6. Dalam konten media sosial terdapat sejumlah aspek fungsional seperti identitas, percakapan (interaksi), berbagi (*sharing*), kehadiran (eksis), hubungan (relasi), reputasi (status) dan kelompok (*group*).

Dampak penggunaan media sosial terdiri dari dampak positif dan dampak negatif (Alfiyana Khoiratun, 2014) :

- 1) Dampak Positif

- a. Siswa dapat belajar mengembangkan keterampilan teknis dan sosial yang sangat di butuhkan di zaman digital seperti sekarang ini. Mereka akan belajar bagaimana cara beradaptasi, bersosialisasi dengan masyarakat sosial dan mengelola jaringan pertemanan.
- b. Memperluas jaringan pertemanan, siswa akan menjadi lebih mudah berteman dengan orang lain di seluruh dunia, meski sebagian besar diantaranya belum pernah mereka temui secara langsung.
- c. Menambah wawasan siswa tentang berita atau kabar yang sedang banyak dibicarakan untuk bidang pendidikan, kebudayaan, dan lain-lain.
- d. Sebagai media dakwah dan diskusi. Di media sosial (*Facebook*) siswa dapat bergabung dengan berbagai komunitas.
- e. Siswa dapat bertukar pikiran dan belajar dari perkataan orang, sehingga lebih tanggap dan komunikatif terhadap sekitarnya.
- f. Dapat digunakan sebagai media pembelajaran di bidang pendidikan.

- 2) Dampak Negatif

- a. Berkurangnya waktu belajar, terlalu lama bermain media sosial akan mengurangi jatah waktu belajar.

- b. Mengganggu kesehatan, terlalu banyak menatap layar *handphone* maupun komputer atau laptop dapat mengganggu kesehatan mata.
- c. Siswa menjadi mudah malas, tidak mengerjakan tugas karena selalu ingin tahu status teman-temannya. Sehingga lebih banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal yang kurang bermanfaat, contohnya *chatting*, yang akan berpengaruh terhadap minat belajar.
- d. Kurangnya sosialisasi dengan lingkungan. Ini dampak terlalu sering dan terlalu lama bermain media sosial. Hal ini cukup mengkhawatirkan perkembangan kehidupan sosial si anak. Mereka yang seharusnya belajar sosialisasi dengan lingkungan justru lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya.
- e. Memicu terjadinya aksi pornografi dan pelanggaran asusila. Mudah sekali pengguna media sosial menemukan sesuatu yang berbau seks, karena hal itu banyak dicari di internet.
- f. Banyak terjadi kriminalitas oleh pihak-pihak yang tidak bertanggung jawab. Contohnya kasus penculikan yang diawali dengan perkenalan seseorang yang tidak dikenalnya, penipuan, pembunuhan dan lainnya.
- g. Menghamburkan uang. Siswa dapat menghabiskan uangnya untuk membeli paketan internet atau *online* berjam-jam di warnet.

### **2.3 Pola Konsumsi**

Pola konsumsi makan adalah kebiasaan makan yang meliputi jumlah, frekuensi dan jenis atau macam makanan. Penentuan pola konsumsi makan harus memperhatikan nilai gizi makanan dan kecukupan zat gizi yang

dianjurkan. Hal tersebut dapat di tempuh dengan penyajian hidangan yang bervariasi dan dikombinasi, ketersediaan pangan, macam serta jenis bahan makanan mutlak diperlukan untuk mendukung usaha tersebut. Disamping itu jumlah bahan makanan yang dikonsumsi juga menjamin tercukupinya kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh (Supariasa, dkk, 2012).

Pola konsumsi merupakan serangkaian cara bagaimana makanan diperoleh, jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah makanan yang mereka makan dan pola hidup mereka, termasuk beberapa kali mereka makan atau frekuensi makan. Faktor yang mempengaruhi pola konsumsi diantaranya ketersediaan waktu, pengaruh teman, jumlah uang yang tersedia dan faktor kesukaan serta pengetahuan dan pendidikan gizi (Suhardjo, 2017).

Kebutuhan untuk makan bukanlah satu-satunya dorongan untuk mengatasi rasa lapar, akan tetapi disamping itu ada kebutuhan fisiologis dan psikologis yang ikut mempengaruhi. Konsumsi pangan merupakan faktor yang secara serius berpengaruh terhadap status gizi remaja. Pola konsumsi mencakup ragam jenis pangan dan jumlah pangan yang dikonsumsi serta frekuensi dan makan yang secara kuantitas kesemuanya menentukan ukuran tinggi rendahnya pangan yang dikonsumsi (Aprilian, 2014).

Kekurangan gizi dalam masa remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor termasuk emosi yang tidak stabil, keinginan untuk menjadi kurus yang tidak tepat, dan ketidakstabilan dalam gaya hidup dan lingkungan sosial secara umum (Soekirman, 2017). Beberapa perilaku spesifik yang umumnya dipercaya menyebabkan masalah gizi pada remaja adalah: kurang didampingi ketika mengonsumsi makanan tertentu, kurangnya perhatian dalam memilih

makanan di luar rumah, kurangnya waktu untuk mengonsumsi makanan secara teratur, melewatkan waktu makan satu kali atau lebih setiap hari, mulai mengonsumsi alkohol, pemilihan makanan selingan yang kurang tepat, perhatian terhadap makanan tertentu yang menyebabkan jerawat, takut mengalami obesitas dan tidak mau minum susu. Selain itu remaja juga memiliki kebiasaan makan cemilan diluar jam makan. Gaya hidup duduk lama sambil ngemil makanan tinggi kalori dan lemak dan rendah gizi serta nutrisi memicu kelebihan berat badan pada remaja (Florence, 2014).

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2013). Konsumsi makanan dan zat gizi yang cukup berperan penting bagi anak usia sekolah untuk menjamin pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang optimal. Pada masa remaja terjadi perubahan biologis, emosional, sosial dan kognitif. Perubahan ini berpengaruh langsung terhadap status gizi. Pertumbuhan dan perkembangan yang dialami remaja secara dramatis menaikkan kebutuhan akan zat gizi. Energi dibutuhkan remaja untuk aktivitas fisik, *Basal Metabolic Rate (BMR)* dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan selama pubertas (Brown, 2013).

Hasil penelitian Zarei (2014), menunjukkan hubungan yang signifikan antara status gizi dengan asupan makanan. Hasil penelitian Masdrawati dan Hidayati (2013), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi



dan protein dengan status gizi. Sama halnya dengan penelitian Sumardilah, dkk (2013), yang menyebutkan ada hubungan antara konsumsi energi dan protein dengan status gizi.

## **2.4 Status Gizi**

Gizi adalah suatu proses menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi. Status gizi adalah keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan gizi dan penggunaan zat gizi tersebut atau bentuk dari *nutriture* variabel tertentu (Supariasa, 2016).

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, dibedakan menjadi gizi buruk, gizi kurang, gizi normal dan gizi lebih. Status gizi terutama dinilai untuk memantau pertumbuhan seorang anak. Pemantauan status gizi juga dapat mencegah terjadinya masalah gizi serta timbulnya morbiditas dan mortalitas yang menyertai masalah gizi tersebut. Perubahan pola pertumbuhan adalah konsekuensi kronik dari masalah kekurangan gizi. Oleh karena itu dalam memantau status gizi, pola pertumbuhan merupakan aspek terpenting yang harus diamati (Mann, 2014).

Status gizi adalah suatu keadaan dimana ekspresi dari keadaan tersebut menimbulkan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat dikatakan bahwa status gizi merupakan faktor indikator baik buruknya asupan makanan sehari-hari (Rismayanthi, 2013).

Status gizi adalah tanda-tanda atau penampilan fisik yang diakibatkan karena adanya keseimbangan antara pemasukan gizi di satu pihak, serta pengeluaran oleh organisme di lain pihak yang terlihat melalui variabel-variabel tertentu, yaitu melalui suatu indikator status gizi. Berdasarkan definisi-definisi di atas, maka dapat disimpulkan status gizi adalah suatu keadaan atau kondisi yang menunjukkan kondisi tubuh seseorang berdasarkan asupan makanan yang dikonsumsinya, apakah memenuhi zat-gizi atau tidak. 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 dkk, 2013).

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu status gizi kurang, gizi normal, dan gizi lebih (Almatsier, 2015).

Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu. Energi yang masuk ke dalam tubuh dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak dan zat gizi lainnya. Status gizi normal merupakan keadaan yang sangat diinginkan oleh semua orang (Apriadi, 2016). Status gizi kurang atau yang lebih sering disebut *undernutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari energi yang dikeluarkan. Hal ini dapat terjadi karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu (Wardlaw, 2017).

Penilaian status gizi dibagi menjadi dua yaitu secara langsung dan tidak langsung. Penilaian status gizi secara langsung dapat dibagi menjadi empat penilaian yaitu pengukuran antropometri, klinis, biokimia dan biofisik. Sedangkan secara tidak langsung dibagi menjadi tiga yaitu survey konsumsi makanan, statistik vital dan faktor etiologi (Syahya, 2017).

Antropometri adalah salah satu alat paling dasar langsung untuk menilai status gizi, seperti *overnutrition* dan *undernutrition*. Alat yang paling sering digunakan dalam kesehatan masyarakat dan *skrining* klinik adalah antropometri yang berlandaskan pengukuran seperti tebal lemak bawah kulit, pengukuran lingkaran lengan atas, atau berbagai macam indeks berdasarkan tinggi badan dan berat badan seperti BB/TB, indeks massa tubuh (IMT) (Mei, dkk, 2015). Antropometri diakui sebagai indeks yang baik dan dapat diandalkan bagi penentuan status gizi untuk negara-negara berkembang. Parameter antropometri merupakan dasar dari penilaian status gizi. Kombinasi antara beberapa parameter antropometri disebut indeks antropometri (Supariasa, 2012).

Asupan dan kebutuhan zat gizi menentukan seseorang tergolong dalam kriteria status gizi tertentu, dan merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam rentang waktu yang cukup lama (Sayogo, 2014). Status gizi baik memungkinkan perkembangan otak, pertumbuhan fisik, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat yang paling tinggi (Almatsier, 2013). Remaja merupakan kelompok umur yang rentan terhadap masalah gizi karena beberapa alasan, diantaranya percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh (*growth spurt*) memerlukan energi lebih banyak, perubahan gaya hidup

dan kebiasaan makan menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi, kehamilan, keikutsertaan dalam olah raga, kecanduan alkohol dan obat-obatan meningkatkan kebutuhan energi dan zat gizi.

IMT digunakan sebagai alat untuk memantau status gizi orang dewasa yang berhubungan dengan kelebihan dan kekurangan berat badan (Supariasa, 2012). Rumus yang digunakan untuk menghitung IMT adalah  $BB/TB^2$ .

## 2.5 Remaja

Istilah remaja (*adolescence*) menunjukkan suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Batasan usia remaja yang digunakan oleh para ahli adalah usia 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini dibedakan atas 3, yaitu usia 12-15 tahun merupakan masa remaja awal, 15-18 tahun merupakan masa remaja pertengahan dan usia 18-21 tahun merupakan masa remaja akhir. Masa remaja merupakan masa pencarian identitas dimana sering terjadi *trial and error*. Pada saat ini remaja mengalami tekanan yang hebat dari teman sebaya dan media khususnya yang berkaitan dengan *body image*. Remaja membutuhkan gizi yang tinggi dan pemilihan makanan selama masa remaja sangat mempengaruhi kesehatan, baik saat ini maupun untuk masa yang akan datang.

Kebutuhan gizi pada remaja dipengaruhi oleh zat-zat gizi yang dimakannya karena usia remaja berada pada periode rentang gizi dimana membutuhkan zat gizi lebih banyak untuk percepatan pertumbuhan fisik dan perkembangan tubuh sedangkan disisi lain mengalami perubahan gaya hidup

dan kebiasaan makan yang mempengaruhi akan kebutuhan gizi tersebut (Almatsier, 2013).

Remaja merupakan salah satu periode dalam kehidupan antara pubertas dan maturitas penuh (10-21 tahun), juga suatu proses pematangan fisik dan perkembangan dari anak-anak sampai dewasa. Beberapa perubahan penting terjadi pada masa remaja. Jadi kebutuhan pada remaja dianggap sebagai bagian yang paling unik dari siklus kehidupan. Perubahan biologi, sosial, psikologi dan kognitif yang terjadi selama remaja dapat berdampak terhadap status gizi. Pertumbuhan fisik yang cepat mengakibatkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi. Nutrisi yang baik selama remaja tidak hanya untuk pertumbuhan dan kesehatan yang optimal tetapi juga untuk pencegahan penyakit kronik. Dalam tumbuh kembangnya menuju dewasa, berdasarkan kematangan psikososial dan seksual semua remaja akan melewati tahapan berikut :

1. Masa remaja awal/dini (*early adolescence*) : umur 11-13 tahun.
2. Masa remaja pertengahan (*middle adolescence*) : umur 14-16 tahun.
3. Masa remaja lanjut (*late adolescence*) : umur 17-20 tahun.

Tahapan ini mengikuti pola yang konsisten untuk masing-masing individu. Walaupun setiap tahap mempunyai ciri tersendiri tetapi tidak mempunyai batas yang jelas karena proses tumbuh kembang berjalan secara berkesinambungan (Soetjiningsih, 2014).

Remaja adalah periode pematangan pikiran dan tubuh. Seiring dengan pertumbuhan fisik pada masa pubertas terjadi perkembangan emosional dan intelektual yang sangat cepat dan remaja merupakan kelompok umur yang

rentan terhadap masalah gizi karena beberapa alasan, diantaranya: pertama, percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh (*growth spurt*) memerlukan energi lebih banyak. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi. Ketiga, kehamilan, keikutsertaan dalam olah raga, kecanduan alkohol dan obat-obatan meningkatkan kebutuhan energi dan zat gizi.

Masa remaja merupakan saat terjadinya perubahan-perubahan cepat dalam proses pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial. Tinggi badan maupun berat badan berkembang dengan cepat. Pertumbuhan yang cepat biasanya diiringi pertumbuhan aktivitas fisiknya.

a) Pertumbuhan fisiologis

Proses perkembangan fisik dari usia anak sampai dewasa disebut pubertas. Pertumbuhan lambat selama masa anak mulai meningkat menjelang masa remaja dan akhirnya pada masa remaja terjadi laju pertumbuhan cepat seperti bayi.

Tingkat kematangan seksual (TKS) atau *sexual maturity rating* banyak digunakan untuk mengevaluasi pertumbuhan dan perkembangan pada usia remaja. Tingkat maturitas sosial didasarkan pada perkembangan karakteristik seksual sekunder, yang ditetapkan dengan skala satu (pra-puber) sampai skala lima (dewasa).

Pada perempuan perubahan pertama yang terjadi pada pubertas adalah perkembangan puting payudara. Puncak laju pertumbuhan anak perempuan terjadi pada awal proses pubertas setelah pertumbuhan rambut kemaluan (pubis) mencapai TKS-2. Haid terjadi setelah perkembangan rambut

kemaluan dan payudara mencapai TKS-4.

Pada laki-laki tanda pertama pubertas adalah pembesaran organ kemaluan (testis). Puncak kecepatan penambahan tinggi badan pada laki-laki terjadi setelah pertumbuhan rambut pubis mencapai TKS-3. Pada laki-laki pertumbuhan kumis tipis pada ujung bibir menunjukkan tingkat TKS-3. Ini merupakan dimulainya puncak laju pertumbuhan tinggi badan yang merupakan saat puncak kebutuhan energi dan zat-zat gizi.

b) Pertumbuhan psikososial

1. Rentang dan lingkup masa remaja

Selama remaja terjadinya perkembangan fisik, emosi, sosial dan intelektual yang sangat cepat. Kemampuan menggunakan pikiran abstrak, sebagai pola pikir konkret pada anak-anak memungkinkan seorang remaja dapat menyelesaikan tugas-tugasnya.

2. Implikasi terhadap isu gizi

Banyak tugas-tugas remaja berhubungan dengan keadaan gizinya. Misalnya kematangan emosi memungkinkan remaja mengembangkan sistem nilainya sendiri. Inilah sebabnya mereka dapat memilih makanan yang dapat meningkatkan kesehatannya daripada memilih makanan yang kurang sehat, seperti yang dilakukan pada waktu masa anak-anak.

3. Gambaran tubuh (*body image*)

Mengembangkan gambaran bentuk fisik dirinya termasuk tubuh dewasa adalah tugas intelektual dan emosional yang saling jalin-menjalin dengan isu gizi. Remaja sering merasa tidak nyaman dengan perubahan tubuhnya yang cepat. Pada waktu bersamaan karena pengaruh lingkungan mereka ingin seperti

temannya yang sempurna dan merupakan idola dan budaya mereka (Syahya, 2017).

## **2.6 Hubungan Antar Variabel**

### **2.6.1 Hubungan Pemanfaatan Media Sosial Dengan Prestasi Belajar**

Hasil penelitian Nababan (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar, dengan nilai  $p=0,04$ . Pemanfaatan media sosial memberikan kontribusi positif sebesar 18,85% terhadap prestasi belajar siswa. Apabila media sosial digunakan dengan tepat guna dan memperhatikan prinsip integrasi teknologi digital dalam pembelajaran akan dapat memberikan dampak positif bagi siswa dan dapat meningkatkan prestasi belajar.

### **2.6.2 Hubungan Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) Dengan Prestasi Belajar**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p>0.05$ ) antara tingkat kecukupan karbohidrat dengan prestasi belajar ( $p=0.805$ ). Hal ini diduga disebabkan karena konsumsi makanan yang mengandung zat gizi karbohidrat pada seluruh responden relatif sama dan tingkat kecukupan karbohidrat pada seluruh responden mayoritas tergolong lebih.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan positif ( $p<0.05$ ) antara tingkat kecukupan protein ( $p=0.003$ ) dengan prestasi belajar. Hubungan positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecukupan protein, maka semakin baik prestasi belajar yang dimiliki oleh responden.



Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p > 0.05$ ) antara tingkat kecukupan Fe dengan prestasi belajar ( $p = 0.401$ ). Hal ini diduga disebabkan karena konsumsi makanan sumber Fe relative sama pada seluruh responden dan masih tergolong dalam kategori kurang.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Luh Putu Prema Wadhani (2018) menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p > 0.05$ ) antara asupan zinc dengan prestasi belajar ( $p = 0.511$ ). Tidak adanya hubungan dalam penelitian ini disebabkan karena adanya faktor lain selain tingkat konsumsi zinc, yaitu dapat berupa faktor status gizi, motivasi siswa dan bakat yang telah ada yang dapat mempengaruhi hasil dari belajar siswa yaitu prestasi belajar siswa.

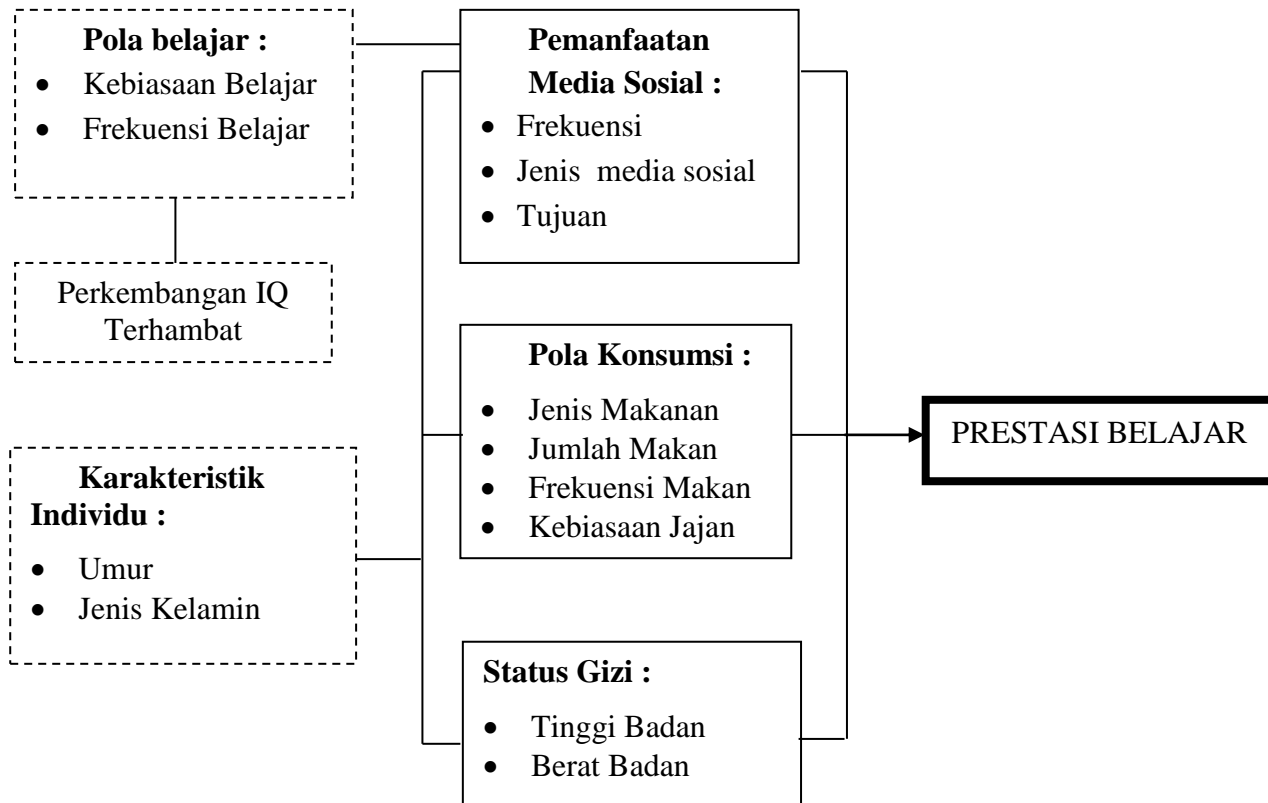
Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulaeha (2018) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan ( $p < 0.05$ ) antara asupan kalsium dengan prestasi belajar. Hal ini dikarenakan otak dapat bekerja dengan baik apabila siswa mengkonsumsi makanan yang seimbang yang akan mempengaruhi prestasi belajar.

### **2.6.3 Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dian Ayu Pratiwi (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa, yang pada uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,002$ , yaitu siswa yang mempunyai status gizi baik dan prestasi baik sebanyak 56 orang (73,7%), siswa yang mempunyai status gizi baik dan prestasi kurang sebanyak 20 orang (26,3%), siswa yang mempunyai status gizi kurang dengan prestasi

baik sebanyak 19 orang (44,2%), siswa yang mempunyai status gizi kurang dan prestasi kurang sebanyak 24 orang (55,8%).

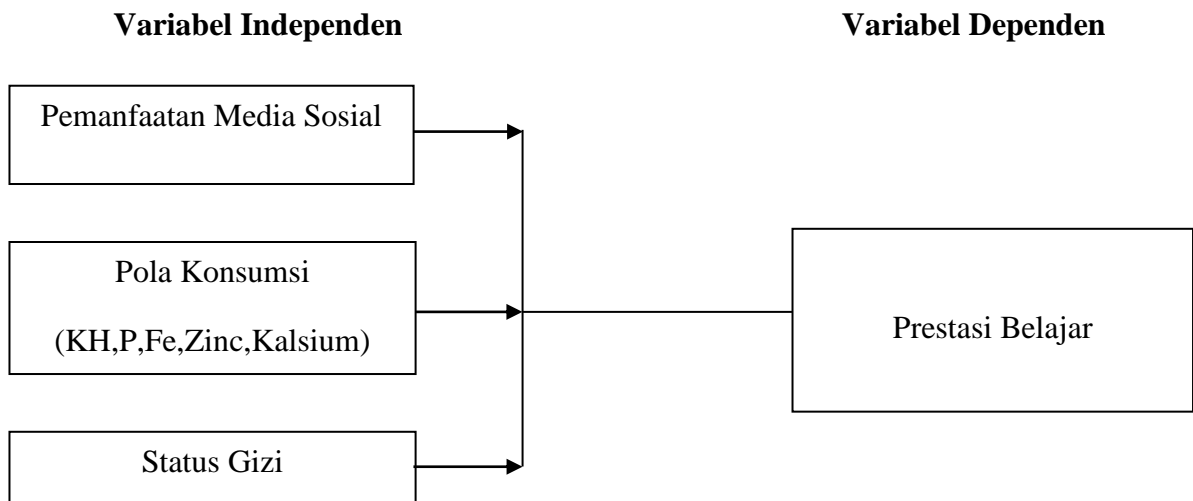
## 2.7 Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori (Brown, 2013)

## 2.8 Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau adalah sebagai berikut :



Gambar 2. Kerangka Konsep

## 2.9 Hipotesis

Ha : Ada hubungan antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

Ha : Ada hubungan antara pola konsumsi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

Ha : Ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau.

## 2.10 Definisi Operasional

**Tabel 1. Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat ukur	Skala Ukur	Hasil ukur
Prestasi Belajar	Salah satu ukuran dari tingkat kecerdasan dalam bentuk nilai atau angka dalam raport yang diberikan guru dari nilai semester.	Lihat nilai rata-rata raport semester	Data sekunder (raport)	Ordinal	1. Baik $\geq 78$ dari nilai rata-rata rapor 2. Tidak Baik $\leq 78$ dari nilai rata-rata rapor  (KKM Kurikulum 13)
Pemanfaatan media sosial	Penggunaan aplikasi yang memungkinkan pengguna untuk terhubung dengan pengguna yang lain melalui akun pribadinya.	Wawancara	Kuesioner	Ordinal	1. Baik (Jika skor jawaban benar $\geq$ rata-rata) 2. Tidak Baik (Jika skor jawaban benar $\leq$ rata-rata)  (Purtiantini, 2014)
Pola Konsumsi	jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi selama sehari serta dihitung jumlah zat gizinya.	Wawancara	Formulir SQ-FFQ	Ordinal	1. Baik $\geq 70\%$ AKG 2. Tidak Baik $\leq 70\%$ AKG  (Balitbangkes, 2013)
Status Gizi	Kondisi seseorang yang dapat diukur dengan menggunakan rumus Indeks antropometri. Status gizi diukur dengan perbandingan IMT menurut umur.	Mikrotoa dan timbangan	Pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan	Ordinal	1. Baik = $IMT \geq 18,5 - 24,9$ 2. Tidak Baik = $IMT < 17 \& \geq 25$  (Kemenkes, 2018)

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Deskriptif Analitik* dengan metode survey secara *Cross Sectional* di mana hanya melakukan pengukuran variabel pada satu waktu dan satu kali.

#### 3.2 Tempat dan Waktu

Penelitian ini telah dilakukan di SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau pada bulan April 2019 sampai dengan April 2020.

#### 3.3 Populasi dan Sampel

##### 3.3.1 Populasi

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI yang bersekolah di SMAN 1 Bukit Batu yang berjumlah 225 orang dengan 3 kelas IPA dan 4 kelas IPS.

	<b>Jurusan</b>			
	<b>IPA</b>		<b>IPS</b>	
	XI IPA A	32	XI IPS A	32
	XI IPA B	32	XI IPS B	32
	XI IPA C	32	XI IPS C	32
	-	-	XI IPS D	33
<b>Jumlah</b>	96		129	
<b>Total</b>	<b>225</b>			

Tabel 2. Jumlah siswa kelas XI SMAN 1 Bukit Batu

### 3.3.2 Sampel

Dalam penelitian ini sampel diambil dengan menggunakan rumus Lemeshow, dkk (1997).

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} \cdot p(1-p) N}{d^2 (N-1) + Z^2_{1-\alpha/2} \cdot p(1-p)}$$
$$n = \frac{(1.96)^2 \cdot 0.21(1-0.21) 225}{(0.1)^2 (225-1) + (1.96)^2 \cdot 0.21(1-0.21)}$$
$$n = \frac{3.8416 \cdot 0.21(0.79) 225}{2.24 + 0.6373}$$
$$n = \frac{143.39}{2.8773}$$
$$n = 49 \text{ Orang}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel minimal

a = Derajat Kepercayaan (0.05)

$Z^2_{1-\alpha/2}$  = Tingkat Kepercayaan 1.96 (95%)

P = 0,21 (Odowule, dkk, 2012)

1-p = 1-0.21 = 0.79

d = Derajat Ketetapan presisi 10%

N = Jumlah siswa kelas XI 225 orang

Dengan adanya n sampel sebanyak 49 orang dari 3 kelas IPA dan 4 kelas IPS, maka dilakukan pengambilan sampel secara proporsional sebagai berikut :

1. Kelas XI IPA A  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
2. Kelas XI IPA B  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
3. Kelas XI IPA C  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
4. Kelas XI IPS A  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
5. Kelas XI IPS B  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
6. Kelas XI IPS C  $= \frac{32}{225} \times 49 = 6.9 \rightarrow 7$  siswa
7. Kelas XI IPS D  $= \frac{33}{225} \times 49 = 7.1 \rightarrow 7$  siswa

### 3.4 Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan untuk memperoleh penyajian data sebagai hasil untuk menyatakan adanya kesimpulan yang baik. Langkah-langkah pengolahan data pada penelitian ini antara lain adalah:

#### 1. *Editing Data*

Peneliti menyeleksi atau memeriksa ulang kelengkapan pengisian kuesioner dari seluruh pertanyaan yang ada sehingga tidak ada kuesioner yang terbuang. Kuesioner diurutkan sesuai dengan nomor responden yang ada dalam kertas kuesioner.

#### 2. *Klasifikasi dan Coding*

Setelah semua data yang ada pada kuesioner lengkap, peneliti melakukan *koding* terhadap semua jawaban atau informasi responden.

### 3. *Entry* data

Dalam proses ini, peneliti memasukkan data kedalam program komputer. Semua data dimasukkan secara cermat sampai nomor responden terakhir. *Entry* ini dilakukan dengan mengisi kolom-kolom atau kotak-kotak atau kartu kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

### 4. Pembersihan Data (*cleaning*)

Pembersihan data dilakukan untuk mempertimbangkan data yang tidak sesuai atau data ekstrim yang mengganggu dengan melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel dan melihat kelogisannya.

## **3.5 Analisa Data**

### **3.5.1 Analisa Univariat**

Analisis ini dilakukan untuk memperoleh gambaran masing-masing variabel yaitu independen dan dependen. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

### **3.5.2 Analisa Bivariat**

Untuk melihat hubungan antara variabel digunakan batas bermakna atau  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kepercayaan 95%. Uji analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji statistik dengan rumus *chi-square*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS. Bila  $p\text{-value} > 0.05$  menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen. Bila  $p\text{-value} < 0.05$  menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **4.1 Gambaran Umum Sekolah**

SMAN 1 Bukit Batu atau yang lebih dikenal dengan SMAN 1 Sungai Pakning berdiri pada tahun 1983, pertama kali didirikan SMA ini belum memiliki gedung sendiri. Dengan kondisi seperti itu, siswa/i yang pertama dan tenaga pengajarnya melakukan proses belajar-mengajar pada sore hari, karena pada waktu pagi hari gedung itu digunakan oleh siswa/i SMP. Adapun guru-guru yang pertama kali mengajar pada saat SMAN 1 Bukit Batu didirikan adalah: Bapak Wajid, Bapak H. Basrul, Bapak H.Mansur.

Di SMAN 1 Bukit Batu menggunakan Kurikulum 2013, kegiatan belajar-mengajar dari pukul 07:30-16:00 wib dan berlangsung dari hari senin-jum'at. Jumlah siswa SMAN 1 Bukit Batu pada tahun 2019 yaitu 735 orang dan jumlah guru yaitu 40 orang. Dengan ruang kelas berjumlah 22 lokal terdiri dari tingkat X=8, tingkat XI=7 dan tingkat XII=7. Untuk mendukung proses pembelajaran tersedia sarana meliputi laboratorium kimia, laboratorium fisika, laboratorium biologi, laboratorium IPS, laboratorium bahasa, laboratorium komputer, laboratorium multimedia, ruang perpustakaan, ruang keterampilan.

SMAN 1 Bukit Batu merupakan sekolah menengah atas yang diminati oleh pelajar-pelajar dari SMP dan MTs baik negeri maupun swasta yang berada di lingkungan Kecamatan Bukit Batu terutama oleh para orang tua atau masyarakat yang berkeinginan besar menyekolahkan anaknya di SMAN Bukit Batu. SMAN 1 Bukit Batu beralamat di jalan Ahmad Yani, Desa Sejangat, Kec. Bukit Batu,

Kab. Bengkalis, Provinsi Riau, dengan luas lahan sekolah seluruhnya adalah 9.650 m<sup>2</sup>.

Visi SMAN 1 Bukit Batu adalah “Menjadikan SMAN 1 Bukit Batu unggul dalam mutu, berbudaya dan santun dalam bertingkah laku, sehat serta memiliki kearifan terhadap lingkungan hidup”. Sedangkan Misi SMAN 1 Bukit Batu adalah:

1. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif, sehingga siswa berkembang secara optimal sesuai dengan talentanya masing-masing
2. Mendorong siswa berfikir cerdas, kreatif dan inovatif
3. Menciptakan generasi yang cerdas, emosional dan spiritual serta memiliki akhlak mulia
4. Mengembangkan program/latihan olahraga dan seni secara teratur
5. Menumbuhkan semangat kebersamaan bagi seluruh warga sekolah sehingga tercipta kondisi yang sehat, indah, nyaman dan kondusif
6. Menumbuhkan semangat dan watak warga sekolah untuk peduli terhadap lingkungan hidup
7. Menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan berwawasan lingkungan hidup
8. Membiasakan warga sekolah untuk menghindari dan mencemari lingkungan
9. Menanamkan rasa peduli terhadap lingkungan dan menghindari kerusakan lingkungan hidup.

## 4.2 Gambaran Sampel

Data sampel yang dikumpulkan meliputi jenis kelamin dan umur siswa.

Berikut ini adalah distribusi jenis kelamin dan umur siswa SMAN 1 Bukit Batu:

**Tabel 3**

**Distribusi Jenis Kelamin dan Umur Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Jenis Kelamin	n	%
Laki – laki	21	42,9
Perempuan	28	57,1
Total	49	100,0

Umur	n	%
15 Tahun	10	20,4
16 Tahun	36	73,5
17 Tahun	3	6,1
Total	49	100,0

Tabel diatas menunjukkan bahwa jumlah siswa perempuan lebih banyak dari pada siswa laki-laki yaitu 57,1% siswa perempuan dan 42,9% siswa laki-laki. Umur dibagi menjadi 3 kelompok yaitu siswa dengan umur 15 tahun sebanyak 20,4%, siswa dengan umur 16 tahun sebanyak 73,5% dan siswa dengan umur 17 tahun sebanyak 6,1%.

## 4.3 Analisa Univariat

### 4.3.1 Prestasi Belajar

Hasil analisis deskriptif pada variabel persentase indikator prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4**

**Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Prestasi Belajar	n	%
Baik ( $\geq 78$ )	32	65,3
Tidak Baik ( $\leq 78$ )	17	34,7
Total	49	100,0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang mempunyai prestasi belajar yang tidak baik sebanyak 34,7%.

#### 4.3.2 Pemanfaatan Media Sosial

Hasil analisis deskriptif pada variabel persentase indikator pemanfaatan media sosial siswa SMAN 1 Bukit Batu dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Pemanfaatan Media Sosial Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Pemanfaatan Media Sosial	n	%
Baik	30	61,2
Tidak Baik	19	38,8
Total	49	100,0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang memanfaatkan media sosial dengan tidak baik sebanyak 38,8%.

#### 4.3.3 Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium)

Hasil analisis deskriptif pada variabel persentase indikator pola konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) siswa SMAN 1 Bukit Batu dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 6**  
**Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium)**

**Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Variabel Dependen	Kategori	n	%
Karbohidrat	Baik ( $\geq 70\%$ )	32	65,3
	Tidak Baik ( $\leq 70\%$ )	17	34,7
Protein	Baik ( $\geq 70\%$ )	29	59,2
	Tidak Baik ( $\leq 70\%$ )	20	40,8

Fe	Baik ( $\geq 70\%$ )	23	46,9
	Tidak Baik ( $\leq 70\%$ )	26	53,1
Zinc	Baik ( $\geq 70\%$ )	31	63,3
	Tidak Baik ( $\leq 70\%$ )	18	36,7
Kalsium	Baik ( $\geq 70\%$ )	36	73,5
	Tidak Baik ( $\leq 70\%$ )	13	26,5

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebanyak 17 siswa dengan persentase 34,7% mempunyai pola konsumsi karbohidrat yang tidak baik. 20 siswa dengan persentase 40,8% mempunyai pola konsumsi protein yang tidak baik. 26 siswa dengan persentase 53,1% mempunyai pola konsumsi Fe yang tidak baik. 18 siswa dengan persentase 36,7% mempunyai pola konsumsi zinc yang tidak baik dan 13 siswa dengan persentase 26,5% yang mempunyai pola konsumsi kalsium yang tidak baik.

#### 4.3.4 Status Gizi

Hasil analisis deskriptif pada variabel persentase indikator status gizi siswa SMAN 1 Bukit Batu dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7**  
**Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Status Gizi	n	%
Baik	24	49,0
Tidak Baik	25	51,0
Total	49	100,0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang mempunyai status gizi tidak baik sebanyak 51,0%.

#### 4.4 Analisa Bivariat

##### 4.4.1 Hubungan Pemanfaatan Media Sosial dengan Prestasi Belajar

Data mengenai hubungan pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 8**  
**Hubungan Pemanfaatan Media Sosial dengan Prestasi Belajar Siswa**  
**SMAN 1 Bukit Batu**

Pemanfaatan Media Sosial	Prestasi Belajar				Jumlah		P Value
	Baik		Tidak Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	27	90,0	3	10,0	30	100	
Tidak Baik	5	26,3	14	73,7	19	100	0,01
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa prestasi belajar yang tidak baik pada siswa lebih banyak terdapat pada pemanfaatan media sosial dengan tidak baik (73,7%) dibandingkan pemanfaatan media sosial dengan baik (10,0%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,01$ , yang berarti ada hubungan bermakna antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar.

##### 4.4.2 Hubungan Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) dengan Prestasi Belajar

Data mengenai hubungan pola konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 9**  
**Hubungan Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) dengan**  
**Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Karbohidrat	Prestasi Belajar				Jumlah		P Value
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	18	56,3	14	43,8	32	100	0,068
Tidak Baik	14	82,4	3	17,6	17	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Protein	Prestasi Belajar				Jumlah		P Value
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	22	75,9	7	24,1	29	100	0,062
Tidak Baik	10	50,0	10	50,0	20	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Fe	Prestasi Belajar				Jumlah		P Value
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	12	52,2	11	47,8	23	100	0,069
Tidak Baik	20	76,9	6	23,1	26	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Zinc	Prestasi Belajar				Jumlah		P Value
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	23	74,2	8	25,8	31	100	0,086
Tidak Baik	9	50,0	9	50,0	18	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Kalsium	Prestasi Belajar				Jumlah		p Value
	Baik		Tidak Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	21	58,3	15	41,7	36	100	0,088
Tidak Baik	11	84,6	2	15,4	13	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi karbohidrat yang baik (43,8%) dibandingkan pada pola konsumsi karbohidrat tidak baik (17,6%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,068$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi karbohidrat dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi protein yang tidak baik (50,0%) dibandingkan pada pola konsumsi protein baik (24,1%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,062$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi protein dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi Fe yang baik (47,8%) dibandingkan pada pola konsumsi Fe yang tidak baik (23,1%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,069$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi Fe dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi zinc yang tidak baik (50,0%)



dibandingkan pada pola konsumsi zinc yang baik (25,8%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,086$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi zinc dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi kalsium yang baik (41,7%) dibandingkan pada pola konsumsi kalsium yang tidak baik (15,4%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,088$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi kalsium dengan prestasi belajar.

#### 4.4.3 Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar

Data mengenai hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 10**

**Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu**

Status Gizi	Prestasi Belajar				Total		P Value
	Baik		Tidak Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	19	79,2	5	20,8	24	100	0,046
Tidak Baik	13	52,0	12	48,0	25	100	
Total	32	65,3	17	34,7	49	100	

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa prestasi belajar yang tidak baik pada siswa lebih banyak terdapat pada status gizi yang tidak baik (48,0%) dibandingkan dengan status gizi yang baik (20,8%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,046$  ini berarti ada hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **5.1 Keterbatasan Penelitian**

Peneliti memiliki keterbatasan dalam pengumpulan data primer penelitian yaitu dalam menggunakan format SQ-FFQ untuk mengetahui pola konsumsi yang diisi oleh peneliti dan kuesioner untuk mengetahui pemanfaatan media sosial, status gizi dan prestasi belajar yang diisi oleh responden dengan metode wawancara, sehingga dapat terjadi bias pada hasil data penelitian yang dikumpulkan. Metode ini memiliki kelemahan yaitu terkait kemampuan daya ingat responden mengenai pola konsumsinya dan untuk kuesioner memiliki keterbatasan oleh responden yang mengisi kuesioner asal-asalan saja disebabkan kurang mengerti, mengikuti jawaban siswa yang lain ataupun tidak mengetahui jawaban dari kuesioner yang diberikan.

#### **5.2 Prestasi Belajar**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 49 siswa kelas XI yang memiliki prestasi belajar tidak baik sebanyak 34,7%. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fenny (2016) didapatkan prestasi belajar yang tidak baik sebanyak 50,0%.

Prestasi belajar diartikan sebagai penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran yang lazim ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru. Prestasi belajar sendiri sering kali dikaitkan dengan fungsi atau kemampuan kognitif yang merupakan suatu proses mendapatkan pengetahuan melalui persepsi, penalaran, kreativitas, pemecahan masalah dan intuisi. Meskipun prestasi belajar dan kemampuan

kognitif siswa sama-sama merupakan komponen dari pencapaian proses belajar mengajar, pengukuran yang dilakukan berbeda. Untuk prestasi belajar, penilaian dapat dilakukan dengan melihat hasil ujian atau tes di sekolah yang bersangkutan dapat dipresentasikan dengan nilai raport.

Prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu instrinsik dan ekstrinsik. Faktor instrinsik meliputi intelegensi, motivasi, sikap, minat, bakat dan konsentrasi. Faktor-faktor tersebut mempunyai peranan penting dalam mencapai prestasi belajar, sehingga perlu upaya untuk menghidupkan faktor-faktor tersebut agar siswa merasa senang dalam belajar dan memperoleh prestasi belajar yang optimal. Sedangkan faktor ekstrinsik meliputi faktor keluarga, sekolah dan masyarakat. Keluarga harus bisa menunjukkan kerjasamanya dalam cara anak belajar dirumah, sekolah harus bisa memberikan metode pembelajaran yang baik dan tepat agar dapat menarik minat siswa dan perhatian siswa akan tertuju pada bahan pelajaran sehingga diharapkan siswa dapat mencapai prestasi belajar yang baik dan siswa harus bisa berinteraksi dengan masyarakat sekitarnya karena dari pengalaman yang dialami siswa di masyarakat banyak diperoleh ilmu yang berguna bagi dirinya. Pendidikan berlangsung seumur hidup dan dilaksanakan dalam lingkungan rumah tangga, sekolah dan masyarakat. Oleh karena itu, pendidikan adalah tanggung jawab bersama antara keluarga, sekolah, masyarakat dan pemerintah.

### **5.3 Pemanfaatan Media Sosial**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 49 siswa kelas XI yang memanfaatkan media sosial dengan tidak baik sebanyak 38,8%. Sedangkan hasil

penelitian yang dilakukan oleh Nor Indah Hastuti (2018) didapatkan bahwa pemanfaatan media sosial tidak baik sebanyak 43,3%.

Media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain, dan membentuk ikatan sosial secara virtual (Rulli Nasrullah, 2017). Dengan adanya media sosial, orang cenderung berkomunikasi lewat layanan obrolan (*chat*) atau berkirim pesan lewat layanan yang tersedia di media sosial. Berkembang pesatnya situs jejaring sosial tersebut tentu saja punya dampak positif dan juga negatif, oleh karena itu penting untuk di buat suatu sistem pengawasan dan bimbingan bagi mereka agar dampak negatifnya dapat di hindari dan dampak positifnya semakin di rasakan. Pemanfaatan media sosial dapat dikatakan baik apabila media sosial tersebut digunakan siswa dengan tepat guna dalam pembelajaran sehingga memberikan dampak positif bagi siswa.

#### **5.4 Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium)**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 49 siswa kelas XI mempunyai pola konsumsi karbohidrat, protein, Fe, zinc dan kalsium yang tidak baik, masing-masing memiliki persentase sebanyak 34,7%, 40,8%, 53,1%, 36,7% dan 26,5%. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dinar Putri Rahmawati (2017) diketahui bahwa pola konsumsi karbohidrat, protein, Fe, zinc dan kalsium yang tidak baik, masing-masing memiliki persentase sebanyak 37,5%, 32,5%, 22,5%, 20% dan 15%.

Pola konsumsi merupakan cara makan baik di rumah maupun di luar rumah yang meliputi frekuensi dan waktu makan, jenis dan jumlah makanan yang

dikonsumsi, termasuk makanan yang disukai dan makanan pantangan (Florence, 2014). Remaja cenderung lebih memilih makanan cepat saji, makanan yang memiliki rasa manis dan pengaruh teman sebaya juga mempengaruhi pemilihan jenis konsumsi pangan (Soetardjo, 2015).

Pola konsumsi yang baik selalu mengacu kepada gizi seimbang yaitu terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan dan seimbang. Apabila gizi dalam sehari tidak tercukupi, dapat menimbulkan masalah kesehatan dan gizi. Pada usia remaja, tubuh sedang mengalami banyak perubahan menuju pendewasaan, sehingga kebutuhan gizinya juga meningkat. Pentingnya nutrisi yang tepat sesuai dengan kebutuhan gizi remaja memang belum sepenuhnya disadari oleh remaja sekarang. Mengingat semakin menjamurnya makanan siap saji, cemilan dan pola makan yang cenderung kurang asupan dan variasi gizi.

### **5.5 Status Gizi**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 49 siswa kelas XI yang memiliki status gizi tidak baik sebanyak 51,0%. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Riska Habriel Ruslie (2013) didapatkan status gizi yang tidak baik sebanyak 29,17%.

Status gizi diartikan sebagai kondisi yang mempresentasikan keseimbangan antara jumlah asupan gizi dengan jumlah yang dibutuhkan tubuh untuk berbagai aktivitas yang terjadi didalamnya. Status gizi adalah suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari variabel pertumbuhan yaitu berat badan, tinggi badan/panjang badan, lingkar kepala, lingkar lengan dan panjang tungkai (Gibson, 2015).

Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh. Bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsir, 2013).

### **5.6 Hubungan Pemanfaatan Media Sosial dengan Prestasi Belajar**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar yang tidak baik pada siswa lebih banyak terdapat pada pemanfaatan media sosial dengan tidak baik (73,7%) dibandingkan pemanfaatan media sosial dengan baik (10,0%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,01$ , ini berarti ada hubungan bermakna antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar. Artinya, apabila siswa mampu memanfaatkan media sosial dengan baik akan memberikan dampak baik pula terhadap prestasi belajar siswa tersebut.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nababan (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar, dengan nilai  $p=0,04$ . Pemanfaatan media sosial memberikan kontribusi positif sebesar 18,85% terhadap prestasi belajar siswa. Apabila media sosial digunakan dengan tepat guna dan memperhatikan prinsip integrasi teknologi digital dalam pembelajaran akan dapat memberikan dampak positif bagi siswa dan dapat meningkatkan prestasi belajar.

Dari hasil data dilapangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMAN 1 Bukit Batu sudah memanfaatkan media sosial dengan baik. Siswa mempunyai keinginan untuk belajar dalam media sosial yang menandakan bahwa siswa tersebut menggunakan media sosial sebagai media belajar, sumber

informasi, berinteraksi, dan berkomunikasi/berdiskusi secara mudah, cepat dan tepat untuk meningkatkan pengetahuan. Siswa mengatakan bahwa media sosial memungkinkan mereka untuk berhubungan dengan guru-guru dan teman-temannya untuk menanyakan tugas atau saling berbagi pengetahuan serta memudahkan siswa dalam pencarian informasi, memperluas pengetahuan dan penyelesaian tugas-tugas yang diberikan.

### **5.7 Hubungan Pola Konsumsi (KH, P, Fe, Zinc dan Kalsium) dengan Prestasi Belajar**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi karbohidrat yang baik (43,8%) dibandingkan pada pola konsumsi karbohidrat tidak baik (17,6%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,068$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi karbohidrat dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p>0.05$ ) antara tingkat kecukupan karbohidrat dengan prestasi belajar ( $p=0.805$ ,  $r=-0.026$ ). Hal ini diduga disebabkan karena konsumsi makanan yang mengandung zat gizi karbohidrat pada seluruh responden relatif sama dan tingkat kecukupan karbohidrat pada seluruh responden mayoritas tergolong lebih. Karbohidrat didalam proses pencernaan akan dipecah menjadi glukosa, otak perlu mendapatkan pasokan glukosa dalam jumlah yang cukup agar memudahkan untuk berkonsentrasi.

Kurangnya asupan karbohidrat akan menyebabkan hipoglikemi yang akan membuat tubuh menjadi lemah dan kurang konsentrasi dalam belajar, hal ini yang dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar. Asupan karbohidrat yang berlebih juga akan menyebabkan seseorang menjadi mengantuk yang akhirnya akan mempengaruhi konsentrasi belajar, perhatian terhadap pelajaran dan akhirnya mempengaruhi prestasi belajar (Khomsan 2013).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi protein yang tidak baik (50,0%) dibandingkan pada pola konsumsi protein baik (24,1%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,062$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi protein dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan positif ( $p<0.05$ ) antara tingkat kecukupan protein ( $p=0.003$ ,  $r=0.310$ ) dengan prestasi belajar. Hubungan positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecukupan protein, maka semakin baik prestasi belajar yang dimiliki oleh responden. Konsumsi protein akan meningkatkan performa untuk belajar. Konsumsi protein akan menghasilkan konsentrasi asam amino yang dibutuhkan oleh otak untuk memproduksi neurotransmitter (serotonin, norepinefrin, dopamine, dan asitelkolin) yang berguna untuk menjaga agar otak dapat bekerja secara optimal (Ross 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi Fe yang baik (47,8%) dibandingkan pada pola konsumsi Fe yang tidak baik (23,1%). Hasil uji statistik dengan *chi*



*square* di peroleh nilai  $p=0,069$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi Fe dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kiki Resky Amelia di Bogor (2017) yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p>0.05$ ) antara tingkat kecukupan Fe dengan prestasi belajar ( $p=0.401$ ,  $r=0.089$ ). hal ini diduga disebabkan karena konsumsi makanan sumber Fe relative sama pada seluruh responden dan masih tergolong dalam kategori kurang. Selain itu, zat besi pada makanan terdapat dalam dua bentuk yaitu zat besi heme yang biasanya terkandung pada makanan hewani dan zat gizi non heme yang biasanya terdapat pada makanan nabati. Absorpsi besi non heme banyak dipengaruhi oleh komposisi makanan dan sekresi saluran cerna serta status zat besi seseorang. Adanya asam fitat, asam oksalat dan serat berpengaruh negative terhadap penyerapan besi. Sedangkan vitamin C akan meningkatkan penyerapan zat besi. Pada menu makanan yang porsi sumber hewannya besar maka penyerapan zat besi maksimal, sebaliknya menu makanan yang sebagian besar terdiri dari sumber nabati maka penyerapan zat besi menjadi minimal (Almatsier, 2013).

Siswa yang pola konsumsi zinc baik dengan prestasi belajar baik sebanyak 74,2% dan siswa yang pola konsumsi zinc baik dengan prestasi belajar tidak baik sebanyak 25,8%, sedangkan siswa yang pola konsumsi zinc tidak baik dengan prestasi belajar baik sebanyak 50,0% dan siswa yang pola konsumsi zinc tidak baik dengan prestasi belajar tidak baik sebanyak 50,0%. Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,086$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi zinc dengan prestasi belajar.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi zinc yang tidak baik (50,0%) dibandingkan pada pola konsumsi zinc yang baik (25,8%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,086$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi zinc dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luh Putu Prema Wadhani (2018) yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan ( $p>0.05$ ) antara asupan zinc dengan prestasi belajar ( $p=0.511$ ). Tidak adanya hubungan dalam penelitian ini disebabkan karena adanya faktor lain selain tingkat konsumsi zinc, yaitu dapat berupa faktor status gizi, motivasi siswa dan bakat yang telah ada yang dapat mempengaruhi hasil dari belajar siswa yaitu prestasi belajar siswa.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar siswa yang tidak baik lebih banyak terdapat pada pola konsumsi kalsium yang baik (41,7%) dibandingkan pada pola konsumsi kalsium yang tidak baik (15,4%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,088$  ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi kalsium dengan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulaeha (2018) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan ( $p<0.05$ ) antara asupan kalsium dengan prestasi belajar. Hal ini dikarenakan otak dapat bekerja dengan baik apabila siswa mengkonsumsi makanan yang seimbang yang akan mempengaruhi prestasi belajar.

Dari hasil penelitian diatas didapatkan hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p > 0,05$  yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna

antara pola konsumsi (Karbohidrat, Protein, Zinc, Fe dan Kalsium) dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMAN 1 Bukit Batu.

Dari hasil data dilapangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi yang tidak baik. Pola konsumsi dapat disebabkan oleh pemilihan jenis makanan dan minuman yang disukai dan tidak disukai, frekuensi, waktu konsumsi serta jumlah yang dikonsumsi. Mereka cenderung mengkonsumsi makanan cemilan yang cepat saji dan berlemak seperti chiki-chiki dan gorengan serta makanan yang memiliki rasa manis karena preferensi mereka yang tinggi terhadap makanan tersebut dan pengaruh teman sebaya juga mempengaruhi pemilihan jenis konsumsi pangan siswa.

Selain itu, tidak adanya hubungan antara pola konsumsi dengan prestasi belajar juga bisa disebabkan karena faktor adanya pemberian nilai yang kurang merata antara guru satu dengan guru yang lainnya. Hal ini peneliti temukan saat berdiskusi dengan guru disekolah tersebut. Guru tersebut mengatakan bahwa adanya perbedaan pemberian nilai, selain karena perbedaan prestasi tiap siswa, juga karena adanya perbedaan cara guru memberikan nilai kepada siswa berupa perbedaan persentase nilai antara nilai tugas, nilai UTS, nilai UAS, nilai praktikum dan nilai lainnya. Selain itu, ketidakmerataan pemberian nilai juga karena satu guru hanya mengajar pada beberapa kelas dan tidak mencakup seluruh kelas yang dijadikan sampel penelitian. Selain itu, hasil penelitian ini besar kemungkinan dipengaruhi oleh peneliti yang tidak melakukan control pada faktor-faktor perancu, seperti menggali secara detail kebiasaan pola konsumsi siswa minat dan kebiasaan belajar yang dimiliki siswa dan faktor-faktor lingkungan sekolah seperti suasana lingkungan kelas dan sekitar sekolah.

## 5.8 Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa prestasi belajar yang tidak baik pada siswa lebih banyak terdapat pada status gizi yang tidak baik (48,0%) dibandingkan dengan status gizi yang baik (20,8%). Hasil uji statistik dengan *chi square* di peroleh nilai  $p=0,046$  ini berarti ada hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar.

Hal ini disebabkan karena siswa yang mempunyai status gizi baik dengan prestasi belajar baik lebih banyak dibandingkan dengan anak yang mempunyai status gizi tidak baik. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi, baik itu berupa masalah gizi lebih maupun gizi kurang. Masalah gizi kurang pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan, misalnya penurunan prestasi belajar dan penurunan kesegeran jasmani. Rendahnya status gizi jelas berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Oleh karena itu status gizi merupakan faktor yang memberikan pengaruh cukup besar terhadap prestasi seseorang.

Hasil diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dian Ayu Pratiwi (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa, yang pada uji statistik diperoleh nilai  $p=0,002$ , yaitu siswa yang mempunyai status gizi baik dan prestasi baik sebanyak 56 orang (73,7%) ,siswa yang mempunyai status gizi baik dan prestasi kurang sebanyak 20 orang (26,3%), siswa yang mempunyai status gizi kurang dengan prestasi baik sebanyak 19 orang (44,2%), siswa yang mempunyai status gizi kurang dan prestasi kurang sebanyak 24 orang (55,8%).

Penelitian lain yang juga sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian Yaco dan Abidin (2018), yang menunjukkan nilai *p value* 0,025 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan status gizi dengan prestasi belajar pada remaja siswa di SMKN 1 Polewali Kabupaten Polewali. Selain itu, penelitian ini juga sama dengan hasil penelitian Ristiyati (2014), berdasarkan uji *chi square* yang membandingkan status gizi dan prestasi belajar dengan nilai pembatas  $p < 0,05$  menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dan prestasi belajar.

Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan penyakit infeksi. Berbagai faktor yang melatar belakangi kedua faktor tersebut misalnya faktor ekonomi, keluarga yang produktif dan kondisi perumahan. Pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak dan berakibat terjadi ketidak mampuan otak berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidak matangan dan ketidak sempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan otak.

Namun demikian, status gizi bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar sebagai indikator dari tingkat kecerdasan anak. Selain status gizi, prestasi belajar juga dipengaruhi oleh banyak faktor lainnya

seperti faktor intelegensi, daya ingat, motivasi lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Dari hasil data dilapangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMAN 1 Bukit Batu status gizi yang tidak baik cenderung kearah gizi kurang. Hal ini disebabkan oleh kurangnya asupan makan, nafsu makan menurun dan menu makanan yang tidak seimbang.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebanyak 34,7% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai prestasi belajar yang tidak baik.
2. Sebanyak 38,8% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pemanfaatan media sosial yang tidak baik.
3. Sebanyak 34,7% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi karbohidrat yang tidak baik, sebanyak 40,8% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi protein yang tidak baik, sebanyak 53,1% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi Fe yang tidak baik, sebanyak 36,7% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi zinc yang tidak baik dan sebanyak 26,5% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai pola konsumsi kalsium yang tidak baik
4. Sebanyak 51,0% siswa SMAN 1 Bukit Batu mempunyai status gizi yang tidak baik.
5. Terdapat hubungan bermakna antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu ( $p$  value = 0,01).
6. Tidak terdapat hubungan bermakna antara pola konsumsi (Karbohidrat, protein, Fe, zinc dan kalsium) dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu ( $p$  value karbohidrat=0,068,  $p$  value protein=0,062,  $p$  value Fe=0,069,  $p$  value zinc=0,086 dan  $p$  value kalsium=0,088).

7. Terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Bukit Batu ( $p$  value = 0,046).

## **6.2 Saran**

Berdasarkan hasil evaluasi terhadap penelitian yang telah dilakukan, saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dan informasi bagi guru untuk memberikan informasi dan memberikan motivasi para siswa agar siswa juga ikut termotivasi dalam kegiatan pembelajaran.

2. Bagi Siswa

Bagi seluruh SMAN 1 Bukit Batu hendaknya memperhatikan materi yang diberikan oleh guru dan selalu aktif dalam proses pembelajaran agar prestasi belajar yang dicapai bisa maksimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto. 2015. *Hubungan Konsumsi Pangan Dan Status Besi Dengan Prestasi Belajar Siswi SMK Pelita Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor*. (Skripsi). Bogor : Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Almatsier. 2013. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Amany, T dan Sekartini, R. 2015. *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SDN 03 Pondok Cina Depok*.
- Andriani, S. 2013. *Pola Belajar, Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Di Daerah Miskin Perkotaan Kota Bogor*. Bogor : Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor.
- Aprilian, R. 2014. *Pola Konsumsi Pangan Hewani Dan Status Gizi Remaja SMA Dengan Status Sosial Ekonomi Berbeda Di Bogor*. Bogor.
- Badan Litbang Kesehatan. 2013. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia Tahun 2013*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Brown, J. 2013. *Nutrition Throught The Life Cycycle*. USA : Wadsworth.
- Departemen Kesehatan RI. 2015. *Pedoman Pengukuran Dan Pemeriksaan*. Jakarta : Depkes RI.
- DepKes RI. 2013. *Pedoman Penyuluhan Gizi Pada Anak Sekolah Bagi Petugas*.
- Depkes. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Dian Ayu Pratiwi. 2013. *Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SDN NO. 22 Kalikuang Kecamatan Binamu Kabupaten Jeneponto Tahun 2013*. Makassar : Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. 2014. *Profil Kesehatan Provinsi Riau*.
- Florence, A. G. 2014. *Hubungan Pengetahuan Tentang Pencegahan Dismenore Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Smk 3 Bandung*. Tugas Akhir. Politeknik Kesehatan Kemenkes. Bandung.
- Gibson, R.S. 2015. *Principles Of Nutrional Assessment*. Second Edition. New York : Oxford University Press Inc.
- Hariyanti. 2016. *Determinan Sttaus Gizi Dengan Pengaruhnya Pada Prestasi Akademik Anak Sekolah Dasar Di Kampung Nelayan Puger, Jember*. (Skripsi). Bogor : Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.

- Khomsan. 2013. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Kiki Reski Amelia. 2017. *Hubungan Asupan Protein, Lemak, Karbohidrat Dan Fe Serta Status Gizi Dengan Prestasi Akademik Siswa Sekolah Dasar Di Bogor*. Bogor : Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Lemesshow, S, dkk. 2014. *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan (Terjemahan)*. Yogyakarta: Gadjahmada University Press.
- Masdrawati dan Hidayati, S. 2013. *Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa FKM-UVRI Makassar Tahun 2012*. Jurnal Ilmiah Vol. 1 No. 2. Politeknik Kesehatan Makassar.
- Mei, Z et al. 2015. *Validity of Body Mass Index Compared with Other Body Composition Screening Indexes for the Assasment of Body Fatnes in Children and Adolescent*. The American Journal of Clinical Nutrition, vol 75(6), 978 – 985.
- Nababan, Agustiman. 2013. *Hubungan Pemanfaatan Media Internet Dengan Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Kewirausahaan Kelas XI AP SMK Swasta PAB 2 Helvetia*.
- Permendikbud No.66 Tahun 2013 *Tentang Standar Penilaian*.
- Permendikbud No.81A Tahun 2013 *Tentang Implementasi Kurikulum*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2013*, Jakarta.
- Ross. 2013. *Food And Nutrition*. India : Oxford Book Company.
- Nasrullah, Rulli. 2017. *Media Sosial Remaja*. Bandung : Rosdakarya.
- Sayogo, S. 2014. *Gizi Remaja Putri*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Slameto. 2013. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Rineka.
- Soekirman. 2017. *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya*. Jakarta (ID): Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Nasional.
- Soetardjo, 2015. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Soetjningsih. 2014. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya Dalam Buku Ajar Ilmu Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suhardjo. 2017. *Perencanaan Pangan Dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Sulaeha. 2018. *Hubungan Status Gizi, Asupan Makan Dan Perilaku Makan Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Ners A Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin*. Makassar: Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin.
- Sumardilah D, Masra F, dan Nugroho A. 2013. *Hubungan Tingkat Konsumsi Makanan Dengan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Di Bandar Lampung Tahun 2012*. Bandar Lampung : Jurnal Kesehatan Vol. 1 No. 1 April 2013.
- Supariasa, IDN, Ibnu F & Bachyar B. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- UNICEF. 2013. *Penuntun Hidup Sehat*. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Wirakusumah. 2013. *Dasar-Dasar Ekologi*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Wong. 2016. *Buku Ajar Pediatrik*. Jakarta : EGC.
- Yunita. 2015. *Hubungan Antara Pemanfaatan Fasilitas Belajar Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prestasi Belajar Sosiologi Siswa Kelas XI IPS SMAN 5 Surakarta*.
- Zarei. 2014. *An Empirical Study Of The Impact Of Service Quality On Patient Satisfaction In Private Hospitas*. Iran : Global Jurnal of health Science; Vol. 7, No. 1.

## LAMPIRAN 1

### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

*(Informed Consent)*

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Kelas :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Fadhila Sari Ramadhani, Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Gizi Padang yang berjudul “*Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2019*”.

Bukit Batu, Juli 2019

Responden

( )

## LAMPIRAN 2

### KUESIONER

#### STATUS GIZI DAN PRESTASI BELAJAR

No	Identitas Responden	
1	Tanggal Wawancara	
2	No Responden	
3	Nama Lengkap	
4	Umur	
5	Jenis Kelamin : 1. Laki-laki 2. Perempuan	
6	Tinggi Badan	
7	Berat Badan	
8	Lama belajar : - Di sekolah - Di rumah - Di tempat les / privat	
9	Rangking/rata-rata nilai	

### LAMPIRAN 3

#### KUESIONER

#### PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL

NO	PERTANYAAN	YA	TIDAK
1	Apakah kamu menggunakan media sosial? (Line group, Whatsapp group, Facebook group, Instagram group, Web Site, Blog, Youtube)		
2	Apakah kamu sering menggunakan media sosial dalam sehari? (Line group, Whatsapp group, Facebook group, Instagram group, Web Site, Blog, Youtube)		
3	Apakah kamu menggunakan media sosial dalam sehari 1-4 jam?		
4	Apakah kamu menggunakan media sosial dalam sehari 4-8 jam?		
5	Menurut kamu, apakah penggunaan media sosial berpengaruh pada waktu belajar?		
6	Menurut kamu, apakah penggunaan media sosial berpengaruh pada prestasi belajar?		
7	Menurut kamu, apakah penggunaan media sosial berpengaruh pada minat belajar?		
8	Menurut kamu, apakah penggunaan media sosial berpengaruh pada motivasi belajar?		
9	Menurut kamu, apakah penggunaan media sosial berpengaruh pada konsentrasi belajar?		
10	Apakah kamu menggunakan media sosial untuk sharing materi belajar?		
11	Apakah kamu menggunakan media sosial untuk diskusi pembelajaran?		
12	Apakah kamu menggunakan media sosial untuk konsultasi dengan guru?		
13	Apakah kamu menggunakan media sosial untuk kepentingan lain dibandingkan untuk belajar?		
14	Apakah media sosial memudahkan kamu dalam belajar?		
15	Apakah media sosial memberi pengaruh yang besar dalam nilai akademik/mampu meningkatkan nilai prestasi akademik?		

**LAMPIRAN 4****KUESIONER POLA KONSUMSI***Ffq (Food Frequency Questionnaire)***SEMI QUANTITATIVE FOD FREQUENCY (SQ-FFQ) - Individu****Kode SEGMENT (sesuai umur AKG 2013)**

<b>URUT</b>	<b>NAMA MAKANAN</b>	<b>HARI</b> <i>(1=3)</i>	<b>MGGU</b> <i>(1-7)</i>	<b>BLN</b> <i>(1-4)</i>	<b>JML</b> <i>(./bln)</i>	<b>PORSI /</b> <b>URT</b> <i>(/xmkn)</i>	<b>Berat (gr)</b>
<b>KARBOHIDRAT</b>							
1	Nasi						
2	Kentang						
3	Singkong						
4	Biskuit						
5	Roti putih						
6	Krakers						
7	Mie kering						
8	Mie basah						
9	Macaroni						
10	Bihun						
11	Bubur beras						
12	Haverhout						
13	Talas						
14	Ubi						

<b>PROTEIN HEWANI</b>							
15	Daging sapi						
16	Daging ayam						
17	Telur ayam						
18	Telur bebek						
19	Ikan segar						
20	Ikan asin						
21	Ikan teri						
22	Udang						
23	Bakso daging						
24	Sosis						
<b>PROTEIN NABATI</b>							
25	Kacang hijau						
26	Kacang tanah						
27	Kacang tolo						
28	Oncom						
29	Tahu						
30	Tempe						
31	Susu kedelai						
<b>SAYURAN A</b>							
32	Jamur						
33	Oyong (gambas)						
34	Kangkung						
35	Ketimun						



36	Tomat						
37	Kol						
38	Kembang kol						
39	Labu air						
40	Lobak						
41	Pepaya muda						
42	Rebung						
43	Sawi						
44	Selada						
45	Seledri						
46	Daun bawang						
47	Tauge						
48	Terong						
<b>SAYURAN B</b>							
49	Bayam						
50	Buncis						
51	Daun malinjo						
52	Daun pakis						
53	Daun pepaya						
54	Daun singkong						
55	Jagung muda						
56	Jantung pisang						
57	Genjer						
58	Kacang panjang						

59	Katuk						
60	Labu siam						
61	Labu waluh						
62	Nangka muda						
63	Pare						
64	Wortel						
<b>BUAH DAN GULA</b>							
65	Anggur						
66	Apel						
67	Belimbing						
68	Duku						
69	Durian						
70	Gula						
71	Jambu air						
72	Jambu bol						
73	Jeruk manis						
74	Kedondong						
75	Madu						
76	Mangga						
77	Melon						
78	Nangka masak						
79	Nenas						
80	Pepaya						
81	Pisang						

82	Rambutan						
83	Salak						
84	Sawo						
85	Semangka						
86	Sirsak						
<b>SUSU</b>							
87	Susu skim cair						
88	Susu skim bubuk						
89	Yoghurt						
90	Keju						
91	Sususapi						
<b>MINYAK</b>							
92	Minyak goreng						
93	Santan						
94	Mentega						
95	Kelapa parut						

## LAMPIRAN 5

### SEKOLAH ILMU TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG

#### LEMBAR KONSULTASI / BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Fadhila Sari Ramadhani  
NIM : 1813211124  
Prodi : S1 Gizi  
Pembimbing 1 : Wilda Laila, M. Biomed  
Judul Skripsi : Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2019.

Bimb Ke	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Ttd Pembimbing 1
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

## LAMPIRAN 6

### SEKOLAH ILMU TINGGI ILMU KESEHATAN PERINTIS PADANG

#### LEMBAR KONSULTASI / BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Fadhila Sari Ramadhani  
NIM : 1813211124  
Prodi : S1 Gizi  
Pembimbing II : Maria Nova, M.Kes  
Judul Skripsi : Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2019.

Bimb Ke	Hari / Tanggal	MateriBimbingan	Ttd Pembimbing 2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

LAMARAN 7: HUBUNGAN PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL POLA KONDISI DAN STATUS GIZI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA SMA/ I BKIT BATU KAPURPATEN BERKALIS PROVINSI BATAH TAHUN 2019

NO	NAMA	UMUR	JK	TB	BB	IMT	STATUS GIZI	RANGKING/BAZ	LAMA BELAJAR	PRESTASI BELAJAR	% KH	H.U KH	% P	H.U P	% FE	H.U FE	% ZINC	H.U ZINC	% KALSIUM	H.U KALSIUM
1	FA	16 TAHUN	Laki-laki	169 CM	52 KG	18.2	Baik	1578.87	10 JAM	Baik	63.11	Tidak baik	85	Baik	47.62	Tidak baik	92.31	Baik	90.25	
2	LS	16 TAHUN	Perempuan	165 CM	65 KG	23.87	Baik	2/83.68	10 JAM	Baik	120.77	Baik	102.9	Baik	100	Tidak baik	81.25	Baik	70.05	
3	ER	15 TAHUN	Perempuan	164 CM	50 KG	20.9	Baik	1978.12	10 JAM	Baik	88.47	Baik	69.22	Tidak baik	66.32	Tidak baik	62.5	Tidak baik	61.6	
4	NB	15 TAHUN	Perempuan	150 CM	40 KG	17.77	Tidak baik	1/86.12	9 JAM	Baik	61.25	Tidak baik	69.52	Tidak baik	13.64	Tidak baik	56.25	Tidak baik	80.75	
5	SW	16 TAHUN	Perempuan	162 CM	40 KG	15.25	Tidak baik	21/77.56	10 JAM	Tidak baik	87.08	Baik	69.36	Tidak baik	69.9	Tidak baik	70.25	Tidak baik	70.17	
6	MT	16 TAHUN	Perempuan	155 CM	60 KG	24.97	Tidak baik	13/79.10	9 JAM	Baik	65.77	Baik	102.9	Baik	100	Baik	70.25	Baik	72.97	
7	AT	16 TAHUN	Perempuan	160 CM	45 KG	17.57	Tidak baik	28/77.25	10 JAM	Tidak baik	115.52	Baik	62.47	Tidak baik	104.55	Baik	106.25	Baik	79.97	
8	HK	16 TAHUN	Perempuan	150 CM	40 KG	17.71	Tidak baik	22/76.81	8 JAM	Tidak baik	120.77	Baik	102.9	Baik	100	Baik	81.25	Baik	81.05	
9	AN	15 TAHUN	Perempuan	160 CM	55 KG	21.48	Baik	20/78.12	13 JAM	Baik	68.77	Tidak baik	94.64	Baik	69.22	Tidak baik	62.5	Tidak baik	15.92	
10	OR	16 TAHUN	Perempuan	160 CM	58 KG	22.65	Baik	1/83.12	8 JAM	Baik	65.83	Baik	84.06	Baik	69.22	Tidak baik	85.71	Baik	17.42	
11	NS	16 TAHUN	Perempuan	170 CM	79 KG	27.33	Tidak baik	15/78.93	12 JAM	Baik	115.19	Baik	114.49	Baik	69.22	Baik	83.33	Baik	70.62	
12	SS	15 TAHUN	Perempuan	161 CM	48 KG	18.06	Baik	13/79.05	13 JAM	Baik	110.18	Baik	69.22	Tidak baik	47.57	Tidak baik	50.06	Tidak baik	85.42	
13	RF	16 TAHUN	Laki-laki	169 CM	50 KG	17.71	Tidak baik	18/78.56	9 JAM	Baik	68.06	Tidak baik	102.9	Baik	100	Baik	81.25	Baik	71.05	
14	AP	16 TAHUN	Laki-laki	169 CM	69 KG	24.15	Baik	3/83.31	11 JAM	Baik	120.77	Baik	102.9	Baik	100	Tidak baik	93.75	Baik	7.89	
15	WP	16 TAHUN	Laki-laki	162 CM	55 KG	20.7	Baik	14/79.37	10 JAM	Baik	62.90	Tidak baik	60.72	Tidak baik	18.18	Tidak baik	93.75	Baik	73.08	
16	MR	16 TAHUN	Laki-laki	150 CM	40 KG	17.77	Tidak baik	31/75.50	8 JAM	Tidak baik	97.26	Baik	66.67	Tidak baik	31.58	Tidak baik	68.31	Baik	90.25	
17	RE	16 TAHUN	Laki-laki	165 CM	55 KG	20.2	Baik	8/79.92	10 JAM	Baik	105.11	Baik	85	Baik	47.62	Tidak baik	68.31	Baik	78.5	
18	MA	16 TAHUN	Laki-laki	169 CM	50 KG	17.92	Tidak baik	31/75.62	8 JAM	Tidak baik	90.18	Baik	62.22	Tidak baik	79.89	Baik	65.53	Baik	96	
19	OM	15 TAHUN	Laki-laki	164 CM	51 KG	18.96	Baik	7/80.31	11 JAM	Baik	63.28	Tidak baik	62.22	Tidak baik	103.65	Baik	87.5	Baik	7.89	
20	ST	16 TAHUN	Laki-laki	171 CM	60 KG	20.51	Baik	24/77.05	9 JAM	Tidak baik	85.05	Baik	69.72	Tidak baik	18.18	Tidak baik	73.75	Baik	83.83	
21	MT	16 TAHUN	Laki-laki	172 CM	63 KG	21.29	Baik	18/78.56	8 JAM	Baik	120.68	Baik	91.3	Baik	84.45	Baik	81.25	Baik	75.92	
22	MF	16 TAHUN	Laki-laki	168 CM	60 KG	21	Baik	25/76.62	8 JAM	Tidak baik	62.77	Tidak baik	84.06	Baik	91.54	Baik	85.71	Baik	73.42	
23	MA	16 TAHUN	Perempuan	154 CM	53 KG	22.34	Baik	4/81.43	11 JAM	Baik	80.83	Baik	94.64	Baik	66.22	Tidak baik	62.5	Tidak baik	72.42	
24	PW	16 TAHUN	Perempuan	154 CM	43 KG	18.13	Baik	11/80.06	9 JAM	Baik	97.26	Baik	76.66	Baik	66.22	Tidak baik	62.5	Tidak baik	13.08	
25	NI	15 TAHUN	Perempuan	167 CM	48 KG	17.21	Tidak baik	32/75.00	9 JAM	Tidak baik	68.92	Baik	85.51	Baik	66.22	Tidak baik	69.75	Baik	70.5	
26	NS	16 TAHUN	Perempuan	167 CM	40 KG	17.21	Tidak baik	23/77.05	9 JAM	Tidak baik	97.26	Tidak baik	76.67	Baik	31.58	Tidak baik	83.33	Baik	73.08	
27	NA	16 TAHUN	Perempuan	162 CM	47 KG	17.92	Tidak baik	29/76.12	10 JAM	Tidak baik	63.12	Tidak baik	92.75	Baik	76.36	Baik	43.75	Tidak baik	70.67	
28	DR	16 TAHUN	Laki-laki	166 CM	47 KG	17.05	Tidak baik	30/75.81	10 JAM	Tidak baik	85.44	Baik	69.56	Tidak baik	79.63	Baik	69.22	Tidak baik	72.08	
29	JM	15 TAHUN	Perempuan	150 CM	57 KG	25.33	Tidak baik	25/76.00	9 JAM	Tidak baik	88.67	Baik	69.81	Tidak baik	82.13	Baik	80.83	Baik	80.83	
30	NR	16 TAHUN	Perempuan	162 CM	65 KG	24.78	Baik	28/77.18	8 JAM	Tidak baik	120.77	Baik	67.9	Tidak baik	100	Baik	81.25	Baik	70.05	
31	MY	16 TAHUN	Perempuan	160 CM	55 KG	19.94	Baik	5/81.18	11 JAM	Baik	93.55	Baik	85.22	Baik	93.16	Baik	88.89	Baik	67.67	
32	CA	16 TAHUN	Laki-laki	179 KG	75 KG	25.95	Tidak baik	16/78.05	8 JAM	Baik	65.67	Tidak baik	66.81	Tidak baik	22.13	Tidak baik	93.75	Baik	67.67	
33	AP	16 TAHUN	Laki-laki	175 CM	57 KG	18.61	Baik	29/76.31	9 JAM	Tidak baik	110.18	Baik	69.22	Tidak baik	97.89	Baik	63.33	Tidak baik	82.5	
34	SF	17 TAHUN	Perempuan	154 CM	42 KG	17.7	Tidak baik	9/80.43	11 JAM	Baik	97.26	Baik	66.67	Tidak baik	69.58	Tidak baik	83.33	Baik	13.08	
35	RW	15 TAHUN	Perempuan	153 CM	46 KG	19.9	Baik	12/79.75	11 JAM	Baik	110.18	Baik	69.22	Tidak baik	93.16	Baik	88.89	Baik	77.67	
36	CP	16 TAHUN	Perempuan	156 CM	45 KG	18.49	Baik	22/77.12	10 JAM	Tidak baik	65.67	Tidak baik	85.22	Baik	67.89	Tidak baik	83.33	Baik	82.5	
37	ME	17 TAHUN	Laki-laki	164 CM	48 KG	17.84	Tidak baik	15/78.00	12 JAM	Baik	87.26	Baik	66.67	Tidak baik	67.89	Tidak baik	83.33	Baik	83.08	
38	MZ	17 TAHUN	Laki-laki	169 CM	49 KG	17.15	Tidak baik	15/79.56	12 JAM	Baik	64.92	Tidak baik	65.51	Baik	36.36	Tidak baik	78.75	Baik	24.5	
39	AA	16 TAHUN	Laki-laki	168 CM	50 KG	17.71	Tidak baik	6/81.68	10 JAM	Baik	85.44	Baik	77.81	Tidak baik	102.63	Tidak baik	63.75	Baik	62.08	
40	RP	15 TAHUN	Laki-laki	165 CM	69 KG	25.34	Tidak baik	10/79.06	12 JAM	Baik	63.89	Tidak baik	94.44	Baik	69.13	Tidak baik	63.75	Baik	80.83	
41	RB	16 TAHUN	Laki-laki	164 CM	47 KG	17.47	Tidak baik	10/80.05	12 JAM	Baik	63.89	Tidak baik	94.44	Baik	67.37	Tidak baik	50.06	Tidak baik	15.42	
42	FA	16 TAHUN	Perempuan	169 CM	53 KG	21.48	Baik	5/81.81	10 JAM	Baik	64.77	Tidak baik	94.64	Baik	91.54	Baik	83.71	Baik	85.92	
43	NA	16 TAHUN	Perempuan	164 CM	53 KG	19.7	Baik	7/80.56	8 JAM	Baik	108.45	Tidak baik	105.94	Baik	31.82	Tidak baik	75	Baik	85.92	
44	NV	16 TAHUN	Perempuan	160 CM	45 KG	17.57	Tidak baik	17/79.00	9 JAM	Baik	97.26	Baik	66.67	Tidak baik	31.58	Tidak baik	83.33	Baik	28.25	
45	KH	16 TAHUN	Laki-laki	160 CM	50 CM	17.5	Tidak baik	18/75.68	9 JAM	Tidak baik	78.44	Baik	85.56	Baik	102.63	Tidak baik	62.22	Baik	83.08	
46	BB	16 TAHUN	Laki-laki	168 CM	60 KG	21.25	Baik	4/82.06	9 JAM	Baik	118.68	Baik	91.3	Baik	65.45	Tidak baik	81.25	Baik	83.83	
47	LM	16 TAHUN	Perempuan	166 CM	64 KG	23.39	Tidak baik	25/79.12	12 JAM	Tidak baik	120.77	Baik	102.9	Baik	100	Baik	69.25	Tidak baik	41.05	
48	DA	15 TAHUN	Perempuan	152 CM	44 KG	23.37	Baik	15/79.06	10 JAM	Baik	62.52	Tidak baik	143.47	Baik	64.55	Tidak baik	106.25	Tidak baik	72.97	
49	DN	16 TAHUN	Perempuan	150 CM	40 KG	17.77	Tidak baik	20/78.05	10 JAM	Baik	105.12	Baik	92.75	Baik	36.36	Tidak baik	43.75	Tidak baik	76.67	

## LAMPIRAN 8

### Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2019

#### 1. Analisa Univariat

##### Prestasi Belajar

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	32	65.3	65.3	65.3
Valid Tidak baik	17	34.7	34.7	100.0
Total	49	100.0	100.0	

##### Pemanfaatan Media Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	30	61.2	61.2	61.2
Valid Tidak baik	19	38.8	38.8	100.0
Total	49	100.0	100.0	

##### Pola Konsumsi (Karbohidrat, Protein, Fe, Zinc dan Kalsium)

##### Karbohidrat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	32	65.3	65.3	65.3
Valid Tidak baik	17	34.7	34.7	100.0
Total	49	100.0	100.0	

### Protein

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	29	59.2	59.2	59.2
Tidak baik	20	40.8	40.8	100.0
Total	49	100.0	100.0	

### Fe

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	23	46.9	46.9	46.9
Tidak baik	26	53.1	53.1	100.0
Total	49	100.0	100.0	

### Zinc

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	31	63.3	63.3	63.3
Tidak baik	18	36.7	36.7	100.0
Total	49	100.0	100.0	

### Kalsium

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	36	73.5	73.5	73.5
Tidak baik	13	26.5	26.5	100.0
Total	49	100.0	100.0	

### Status Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	24	49.0	49.0	49.0
Tidak baik	25	51.0	51.0	100.0
Total	49	100.0	100.0	



## 2. Analisa Bivariat

### Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%

PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL \* PRESTASI BELAJAR Crosstabulation

		PRESTASI BELAJAR		Total
		Baik	Tidak baik	
PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL	Count	27	3	30
	% within	90.0%	10.0%	100.0%
	PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL			
	Baik			
	% within	84.4%	17.6%	61.2%
	PRESTASI BELAJAR			
	% of Total	55.1%	6.1%	61.2%
PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL	Count	5	14	19
	% within	26.3%	73.7%	100.0%
	PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL			
	Tidak baik			
	% within	15.6%	82.4%	38.8%
	PRESTASI BELAJAR			
	% of Total	10.2%	28.6%	38.8%
Total	Count	32	17	49
	% within	65.3%	34.7%	100.0%
	PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL			
	% within	100.0%	100.0%	100.0%
	PRESTASI BELAJAR			
	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	20.823 <sup>a</sup>	1	.000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	18.107	1	.000		
Likelihood Ratio	21.856	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.59.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.00 (Ada hubungan bermakna antara pemanfaatan media sosial dengan prestasi belajar)**

## Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KARBOHIDRAT * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%
PROTEIN * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%
FE * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%
ZINC * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%
KALSIUM * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%

Crosstab

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
KARBOHIDRAT	Baik	Count	18	14	32
		% within KARBOHIDRAT	56.3%	43.8%	100.0%
		% within PRESTASI BELAJAR	56.3%	82.4%	65.3%
	% of Total	36.7%	28.6%	65.3%	
	Tidak baik	Count	14	3	17
		% within KARBOHIDRAT	82.4%	17.6%	100.0%
% within PRESTASI BELAJAR		43.8%	17.6%	34.7%	
% of Total	28.6%	6.1%	34.7%		
Total	Count	32	17	49	
	% within KARBOHIDRAT	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within PRESTASI BELAJAR	100.0%	100.0%	100.0%	
% of Total	65.3%	34.7%	100.0%		

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.339 <sup>a</sup>	1	.068		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2.286	1	.131		
Likelihood Ratio	3.558	1	.059		
Fisher's Exact Test				.114	.063
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.90.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.068 (Tidak ada hubungan bermakna antara pola konsumsi karbohidrat dengan prestasi belajar)**

Crosstab

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
PROTEIN	Count	22	7	29	
	% within PROTEIN	75.9%	24.1%	100.0%	
	Baik	% within	68.8%	41.2%	59.2%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	44.9%	14.3%	59.2%
	Count	10	10	20	
	% within PROTEIN	50.0%	50.0%	100.0%	
	Tidak baik	% within	31.3%	58.8%	40.8%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	20.4%	20.4%	40.8%
Total	Count	32	17	49	
	% within PROTEIN	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.494 <sup>a</sup>	1	.062		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2.446	1	.118		
Likelihood Ratio	3.482	1	.062		
Fisher's Exact Test				.075	.059
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.94.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.062 (Tidak ada hubungan bermakna antara pola konsumsi protein dengan prestasi belajar)**

**Crosstab**

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
FE	Count	12	11	23	
	% within FE	52.2%	47.8%	100.0%	
	Baik	% within	37.5%	64.7%	46.9%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	24.5%	22.4%	46.9%
	Count	20	6	26	
	% within FE	76.9%	23.1%	100.0%	
	Tidak baik	% within	62.5%	35.3%	53.1%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	40.8%	12.2%	53.1%
Total	Count	32	17	49	
	% within FE	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.299 <sup>a</sup>	1	.069		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2.297	1	.130		
Likelihood Ratio	3.330	1	.068		
Fisher's Exact Test				.082	.065
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.98.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.069 (Tidak ada hubungan bermakna antara pola konsumsi Fe dengan prestasi belajar)**

**Crosstab**

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
ZINC	Count	23	8	31	
	% within ZINC	74.2%	25.8%	100.0%	
	Baik	% within	71.9%	47.1%	63.3%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	46.9%	16.3%	63.3%
	Count	9	9	18	
	% within ZINC	50.0%	50.0%	100.0%	
Tidak baik	% within	28.1%	52.9%	36.7%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	18.4%	18.4%	36.7%
	Count	32	17	49	
Total	% within ZINC	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%
	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%	

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.942 <sup>a</sup>	1	.086		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1.971	1	.160		
Likelihood Ratio	2.905	1	.088		
Fisher's Exact Test				.122	.081
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.24.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.086 (Tidak ada hubungan bermakna antara pola konsumsi Zinc dengan prestasi belajar)**

**Crosstab**

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
KALSIUM	Count	21	15	36	
	% within KALSIUM	58.3%	41.7%	100.0%	
	Baik	% within	65.6%	88.2%	73.5%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	42.9%	30.6%	73.5%
	Count	11	2	13	
	% within KALSIUM	84.6%	15.4%	100.0%	
	Tidak baik	% within	34.4%	11.8%	26.5%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	22.4%	4.1%	26.5%
Total	Count	32	17	49	
	% within KALSIUM	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.912 <sup>a</sup>	1	.088		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1.867	1	.172		
Likelihood Ratio	3.198	1	.074		
Fisher's Exact Test				.105	.083
N of Valid Cases	49				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.51.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.088 (Tidak ada hubungan bermakna antara pola konsumsi kalsium dengan prestasi belajar)**



## Crosstabs

### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
STATUS GIZI * PRESTASI BELAJAR	49	100.0%	0	0.0%	49	100.0%

### STATUS GIZI \* PRESTASI BELAJAR Crosstabulation

		PRESTASI BELAJAR		Total	
		Baik	Tidak baik		
STATUS GIZI	Count	19	5	24	
	% within STATUS GIZI	79.2%	20.8%	100.0%	
	Baik	% within	59.4%	29.4%	49.0%
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	38.8%	10.2%	49.0%
	Count	13	12	25	
	% within STATUS GIZI	52.0%	48.0%	100.0%	
Tidak baik	% within	40.6%	70.6%	51.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	26.5%	24.5%	51.0%
	Count	32	17	49	
Total	% within STATUS GIZI	65.3%	34.7%	100.0%	
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	PRESTASI BELAJAR	% of Total	65.3%	34.7%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.989 <sup>a</sup>	1	.046		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2.880	1	.090		
Likelihood Ratio	4.081	1	.043		
Fisher's Exact Test				.072	.044
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8.33.

b. Computed only for a 2x2 table

**P = 0.046 (Ada hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar)**

**LAMPIRAN 9**

**DOKUMENTASI PENELITIAN DI SMAN 1 SUNGAI PAKNING  
KECAMATAN BUKIT BATU KABUPATEN BENGKALIS  
PROVINSI RIAU TAHUN 2019**



**Foto Bersama Ibu Wakil Kepala Sekolah dan Ibu Kepala Bag. Kesiswaan**



**Pengisian Kuesioner dan Wawancara**



**YAYASAN PERINTIS SUMBAR (Perintis Foundation)**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) PERINTIS**

*Perintis School of Health Science*, IZIN MENDIKNAS NO : 162/D/O/2006 & 17/D/O/2007

*"We are the first and we are the best"*

Campus 1 : Jl. Adinegoro Simpang Kumpang Lubuk Buaya Padang, Sumatera Barat - Indonesia, Telp. (+62751) 481992, Fax. (+62751) 481962  
Campus 2 : Jl. Kusuma Bhakti Gulai Bancah Bukittinggi, Sumatera Barat - Indonesia, Telp. (+62752) 34613, Fax. (+62752) 34613

Nomor : /STIKES-YP/IX/2019  
Lamp : -  
Hal : Izin Penelitian

Padang, 14 September 2019

Kepada Yth  
Bapak / Ibu: Kepala Sekolah SMAN 1 Bukit Batu  
di  
Sungai Pakning

Dengan hormat,

Bersama surat ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa dalam menyelesaikan proses pembelajaran pada Prodi S-1 Gizi Jalur B mahasiswa diwajibkan menyusun Proposal Skripsi dalam rangka memenuhi syarat mengikuti ujian skripsi.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk dapat memberikan informasi data dari Instansi Bapak/Ibu Pimpin. Adapun identitas mahasiswa kami yaitu :

Nama Mahasiswa : Fadhila Sari Ramadhani

NIM : 1813211124

Judul Proposal : Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau Tahun 2019

Demikianlah hal ini kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi. Atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

STIKES Perintis  
Wakil Ketua Bidang I Akademik

Dra. Suraini, M.Si  
NIK : 1335320116593013

Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Ketua Program Studi S-1 Gizi STIKES Perintis Padang
2. Arsip

SELURUH PROGRAM STUDI  
TERAKREDITASI "B"



Management  
System  
ISO 9001:2008  
www.tuv.com





PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
DINAS PENDIDIKAN  
**SMA NEGERI 1 BUKIT BATU**

Alamat : Jalan Ahmad Yani Sejangat Pos 28761 Telp. (0766) 91280 Kecamatan Bukit Batu  
Kabupaten Bengkalis, RIAU e-mail : [smansabktbt@gmail.com](mailto:smansabktbt@gmail.com) website : [smansabukkitbatu.com](http://smansabukkitbatu.com)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 071/SMAN1BB/2020/138

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Bukit Batu Menerangkan bahwa :

Nama : Fadhila Sari Ramadhani  
NIM : 1813211124  
Jurusan : Gizi  
Jenjang : S 1  
Universitas : STIKes PERINTIS

Dengan ini menerangkan bahwa yang bersangkutan telah melakukan penelitian dengan judul :  
“ Hubungan Pemanfaatan Media Sosial, Pola Konsumsi dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa  
SMAN 1 Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau tahun 2019” Pada tanggal 18 September 2019

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Bungai Pakning, 03 Februari 2019

Kepala Sekolah

Edi Yusri, S.Pd

NIP 19710825 199703 1 002