

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sekolah adalah suatu lembaga pendidikan yang mempunyai gerbang utama untuk menuju kesuksesan. Adanya pendidikan yang berkualitas sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didiknya (Hurlock, 2004). Salah satu wadah pembinaan siswa di sekolah adalah kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang terkoordinasi, terarah dan terpadu yang dilakukan bersama di sekolah sebagai kegiatan tambahan tetapi bukan merupakan kegiatan utama di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler mempunyai tugas yang jelas dan berguna untuk perkembangan anak. Melalui kegiatan ekstrakurikuler yang beragam siswa dapat mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya, akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler akan menjadi masalah jika waktu belajar yang kurang bisa mengakibatkan penurunan prestasi belajar pada siswa. Mooduto (2006) menunjukkan bahwa ada pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap prestasi belajar siswa, dimana ekstrakurikuler dapat memberikan motivasi terhadap prestasi belajar siswa baik dalam sekolah maupun di luar sekolah.

Manfaat kegiatan ekstrakurikuler diantaranya dapat mengurangi masalah perilaku seperti kejahatan dan kenakalan, meningkatkan kemampuan psikososial seperti menahan emosi dan peningkatan prestasi belajar siswa. Prestasi belajar siswa sendiri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adalah status gizi (Slameto, 2010). Pada

umumnya kondisi status gizi yang baik memungkinkan seseorang melakukan aktivitas yang tinggi pula sehingga dapat menunjang peningkatan prestasi akademik, dimana prestasi akademik erat hubungannya dengan tingkat kecerdasan dan aktivitas fisik dengan kesehatan tubuh secara menyeluruh (Anindya, 2009). Siswa yang melakukan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah memerlukan asupan gizi yang sesuai bagi perkembangan anak dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar (Judarwanto, 2010). Jika kesehatan terganggu maka akan berakibat pada konsentrasi siswa dan hasil prestasinya dapat menurun (Huryati, 2004). Faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi siswa yaitu aktivitas fisik (Slameto, 2010). Aktivitas fisik (termasuk olah raga) dan masukan zat gizi mempunyai dampak yang sinergis terhadap kesehatan jasmani (Huryati, 2004).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Sugiyanto (2009) diketahui siswa yang mengikuti ekstrakurikuler memiliki status gizi yang baik bila dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler. Status lemak tubuh dan kesegaran jasmani yang tidak mengikuti ekstra lebih tinggi daripada yang mengikuti ekstra. Ini disebabkan kurangnya aktivitas olahraga para siswa yang tidak mengikuti ekstra sehingga terdapat perbedaan antara tingkat status gizi, status lemak tubuh, dan status tingkat kebugaran jasmani siswa SMP N 1 Banyuates Sampang yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler

Berdasarkan survei pendahuluan di SMA Muhammadiyah 1 Gubug diketahui jumlah siswa yang secara keseluruhan sebanyak 122 siswa. Secara umum status gizi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lebih baik dari pada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler, karena pada siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler hanya terdapat 6,32% dengan status gizi kurang dari 15 siswa, sedangkan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler ditemukan 20,03% dengan status gizi kurang dari 15 siswa. Tingkat prestasi belajar diukur dengan hasil rata-rata 3 kali ulangan harian dan hasilnya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler secara umum juga diperoleh tingkat yang lebih baik daripada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler mempunyai nilai rata-rata 70,04 sebanyak 45,08% dan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler mempunyai nilai rata-rata 65,08 sebanyak 43,5%. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada perbedaan antara status gizi, aktivitas fisik dan prestasi belajar siswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut

1. Apakah ada perbedaan status gizi yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug Purwodadi Grobogan
2. Apakah ada perbedaan aktivitas fisik siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug Purwodadi Grobogan.
3. Apakah ada perbedaan prestasi belajar siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug Purwodadi Grobogan.

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan antara status gizi dan aktivitas fisik dan prestasi belajar siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug Purwodadi Grobogan.

#### 2. Tujuan Khusus:

- a. Mendeskripsikan status gizi, aktivitas fisik dan prestasi belajar pada siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
- b. Menganalisis perbedaan antara status gizi, aktivitas fisik dan prestasi belajar siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

### **D. Manfaat**

#### 1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan dalam mengetahui perbedaan status gizi, aktivitas fisik dan prestasi belajar terhadap kegiatan ekstrakurikuler.

#### 2. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan bakat dan minat para siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat tersalurkan.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pada peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian yang lebih lengkap dan luas khususnya tentang perbedaan status gizi, aktivitas fisik dan prestasi belajar terhadap kegiatan ekstrakurikuler.