

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEMAMPUAN MENGHAFA ALQURAN SANTRI MTS PONDOK PESANTREN DI KOTA SAMARINDA

Asyifa Salsabila Rahmi^{1*}, Siti Rahayu Nadhiroh², Nurul Afiah³, Atthiyah Hanifah
Nabilah Syadza⁴

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga^{1,2}
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman^{3,4}
*Corresponding Author : asyifasalsabilar@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran karakteristik dan hubungan antara status gizi dengan kemampuan menghafal Alquran pada santri pesantren di Kota Samarinda. Metode penelitian menggunakan observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan 150 santri sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia santri berkisar antara 12 hingga 17 tahun, dengan mayoritas pendidikan orang tua pada jenjang SLTA/SMA/SMK (69,3%) dan pekerjaan orang tua mayoritas sebagai pegawai perusahaan/swasta (53,3%). Status gizi santri mayoritas dalam kategori gizi normal (70,7%), sementara obesitas hanya ditemukan pada 4,7% santri. Kemampuan hafalan Alquran sebagian besar berada di bawah rata-rata (79,3%). Analisis statistik menunjukkan bahwa di Pesantren Ihya Ulumudin, tidak terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan kemampuan hafalan Alquran (nilai uji Somers'd approx.sig 0.26 > 0.05 dan nilai Value sebesar 0,07). Sebaliknya, di Pesantren Darul Falah, terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kemampuan hafalan (nilai uji Somers'd approx.sig 0.03 < 0.05 dan nilai Value sebesar 0,23), meskipun hubungan ini tergolong sangat lemah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak adanya hubungan antara status gizi dan kemampuan menghafal Alquran di Pesantren Ihya Ulumudin, sedangkan di Pesantren Darul Falah terdapat hubungan yang sangat lemah. Diharapkan pihak pesantren dapat lebih mensosialisasikan pentingnya menjaga status gizi sebagai bagian dari upaya meningkatkan kemampuan hafalan santri.

Kata kunci : status gizi, kemampuan menghafal Alquran, pesantren

ABSTRACT

This study aims to examine the characteristics and the relationship between nutritional status and the ability to memorize the Quran among santri (students) in pesantren (Islamic boarding schools) in Samarinda. The research employed an observational analytical method with a cross-sectional approach, involving a sample of 150 santri. The results revealed that the age of the santri ranged from 12 to 17 years, with the majority of parents having an education level of high school or vocational school (69.3%) and most parents working in private companies or as employees (53.3%). The nutritional status of the santri was predominantly normal (70.7%), while obesity was found in only 4.7% of the santri. Most santri's Quran memorization ability was below average (79.3%). Statistical analysis indicated that, at Pesantren Ihya Ulumudin, there was no significant relationship between nutritional status and Quran memorization ability (Somers'd approx.sig 0.26 > 0.05 and Value 0.07). In contrast, at Pesantren Darul Falah, a significant relationship was found between nutritional status and Quran memorization ability (Somers'd approx.sig 0.03 < 0.05 and Value 0.23), though the relationship was very weak. The conclusion of the study is that there is no significant relationship between nutritional status and Quran memorization ability at Pesantren Ihya Ulumudin, whereas a very weak relationship exists at Pesantren Darul Falah. It is hoped that pesantren will further emphasize the importance of maintaining good nutritional status as part of efforts to enhance the memorization abilities of their santri.

Keywords : nutritional status, ability to memorize the Qur'an, Islamic Boarding School

PENDAHULUAN

Menghafal merupakan suatu kemampuan dari daya ingat. Daya ingat merupakan fungsi otak yang terdiri dari proses menerima, memasukkan, menyimpan, dan mengeluarkan kembali informasi yang telah diperoleh seseorang. Memori daya ingat dibagi menjadi tiga, yaitu memori sensoris, memori jangka pendek, dan memori jangka panjang. Faktor yang mempengaruhi daya ingat salah satunya yaitu status gizi (Febriana, 2019). Gizi dapat mempengaruhi kemampuan mengingat/menghafal terkait dengan pola makan yang dapat memberikan pengaruh terhadap sinyal insulin dan sensitivitas insulin pada jaringan somatik. Hal ini dapat menyebabkan penurunan fungsi hipokampus yang berkaitan dengan daya ingat (Rahima, 2021).

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat Gizi. Status gizi dibedakan antara status gizi buruk, gizi kurang, dan gizi lebih. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi seseorang dapat ditentukan oleh faktor gizi internal dan eksternal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah umur, jenis kelamin, dan aktivitas fisik. Sedangkan faktor internal yaitu konsumsi makanan (Febriani, 2020). Status gizi remaja sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang. Status gizi yang optimal akan membentuk remaja yang sehat dan produktif. Permasalahan yang muncul adalah gizi kurang dan lebih. Gizi kurang dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademik dan mengakibatkan gangguan sistem reproduksi yang berdampak buruk di kemudian hari (Sofiatun, 2017)

Status gizi berperan penting sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan menghafal atau daya ingat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rahima, 2021) Perbedaan Kemampuan Menghafal Alquran berdasar atas Nilai Z-Score Status Gizi pada Santri Sekolah Dasar yang didapatkan bahwa hasil uji statistik penelitian ini terdapat perbedaan kemampuan menghafal Alquran berdasar atas nilai z-score status gizi pada santri sekolah dasar usia 6–12 tahun di Pondok Pesantren Alquran Babussalam Kabupaten Bandung. Status gizi remaja sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang. Status gizi yang optimal akan membentuk remaja yang sehat dan produktif. Permasalahan yang muncul adalah gizi kurang dan lebih. Gizi kurang dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademik dan mengakibatkan gangguan sistem reproduksi yang berdampak buruk di kemudian hari (Sofiatun, 2017).

Indikator status gizi yang digunakan pada kelompok usia 13-15 tahun dan 16-18 tahun adalah pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan yang disajikan dalam bentuk indeks tinggi badan menurut usia (TB/U) dan indeks massa tubuh menurut usia (IMT/U). Penilaian status gizi tersebut dilakukan dengan melihat nilai z-score pada kurva pertumbuhan WHO. Status gizi berdasar atas indikator tinggi badan menurut usia menggambarkan masalah gizi yang kronis. Perkembangan kognitif merupakan aspek yang berfokus pada keterampilan berpikir, termasuk belajar, pemecahan masalah, rasional, dan mengingat yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan siswa di sekolah. Kognitif dapat dipengaruhi oleh IQ, tingkat pendidikan orang tua, dan status gizi. Status gizi berdampak langsung maupun tidak langsung pada perkembangan otak, salah satunya berhubungan dengan daya ingat/memori (Rahima, 2021).

Pada penelitian terdahulu oleh Syahfitri dalam Tambusai et al (2021) mendapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja santri pondok pesantren berstatus gizi normal dengan persentase 84,8%. Status gizi yang normal dapat terjadi jika tubuh mendapat nutrisi yang cukup dan digunakan secara efisien, memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan meningkatkan kemampuan untuk mencapai tingkat yang optimal.

Latar belakang penelitian ini muncul dari kebutuhan mendalam untuk memahami keterkaitan antara status gizi remaja, terutama di Kota Samarinda, dengan kemampuan hafalan Alquran pada santri pondok Pesantren Ihya Ulumudin. World Health Organization (WHO) pada

tahun 2012 memberikan peringatan serius terkait dampak negatif gizi lebih dan obesitas, yang secara global menyebabkan 2,8 juta kematian setiap tahun. Data WHO juga mencatat bahwa prevalensi gizi kurang di dunia mencapai 14,9%, dengan tingkat tertinggi di Asia Tenggara mencapai 27,3%. Melihat fakta ini, Indonesia, sebagai bagian dari wilayah tersebut, juga menghadapi tantangan serupa.

Situasi di Kalimantan Timur, khususnya Kota Samarinda, menjadi sorotan utama karena menjadi salah satu provinsi dengan tingkat obesitas tertinggi di Indonesia. Dalam penjarangan status gizi di sekolah, diketahui bahwa obesitas pada tingkat SMP mencapai prevalensi 50%, sementara di tingkat SMA, MTS, dan MA masing-masing mencapai 35%, 9%, dan 6%. Data Riskesdas pada tahun 2018 menegaskan adanya peningkatan kasus masalah gizi di Indonesia, termasuk Kalimantan Timur, yang ditunjukkan oleh prevalensi kasus gizi kurang dan gizi lebih pada remaja. Penelitian ini juga mendapat dasar dari penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya perbedaan kemampuan menghafal Alquran berdasarkan status gizi pada santri sekolah dasar di Pondok Pesantren Alquran Babussalam Kabupaten Bandung. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi apakah temuan serupa dapat diterapkan pada konteks Pondok Pesantren Ihya Ulumudin di Kota Samarinda.

Dalam mengkaji hubungan antara status gizi dan kemampuan hafalan Alquran, peran memori dan daya ingat menjadi pokok perhatian. Pertumbuhan dan perkembangan remaja, khususnya di usia 15-17 tahun, diidentifikasi sebagai periode percepatan pertumbuhan yang mencakup perubahan fisik, biologis, dan psikologis yang unik. Aspek kognitif, termasuk kemampuan mengingat, memainkan peran vital dalam keberhasilan siswa di sekolah. Oleh karena itu, asupan gizi yang cukup menjadi faktor kunci untuk mencapai pertumbuhan optimal dan mendukung fungsi otak, termasuk daya ingat. Dengan memahami potensi keterkaitan antara status gizi dan kemampuan menghafal Alquran pada santri, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam terkait faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian santri dalam aspek keagamaan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Apakah ada hubungan signifikan antara status gizi dan kemampuan menghafal Alquran pada santri di Pondok Pesantren Ihya Ulumudin di Kota Samarinda

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode observasional analitik dan rancangan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional*. Jenis data yang diambil yakni data primer diambil dari kuisioner (angket). Penelitian ini menggunakan 2 kuisioner yang berbeda yaitu Status Gizi yakni Self-reported Usia dan tinggi badan dan hafalan Alquran dengan Jumlah ayat.

Analisa data yang digunakan ialah Univariate dan bivariate. Analisis univariate bertujuan untuk menjelaskan karakteristik masing-masing variabel penelitian, baik variabel bebas maupun terikat dan Analisis bivariate dilakukan untuk mengetahui hubungan kemampuan menghafal Alquran berdasarkan atas status gizi pada setiap kelompok usia menggunakan analisis uji Somers'D. Uji Somers'D mengukur hubungan antara 2 variabel berskala ordinal yang dapat dibentuk ke dalam tabel kontingensi. Uji ini mengukur hubungan yang bersifat simetris artinya variabel X dan variabel Y dapat saling mempengaruhi. Uji ini merupakan penyempurnaan dari uji Gamma dengan memperhatikan TIES dan merupakan modifikasi dari rumus Kendall Tau-b.

HASIL

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Ihya' Ulumuddin yang terletak pada Jalan

Sentosa Dalam VIII RT. 052 Samarinda dan Pondok Pesantren Daarul Falaah yang terletak pada Jalan Wanyi Poros Kota Samarinda. Dalam menjalankan kegiatannya, Pondok Pesantren tersebut dibawah naungan Kementrian Agama Kota Samarinda. Pondok Pesantren Ihya' Ulumuddin terletak pada tengah kota dan padat penduduk dan Pondok Pesantren Daarul Falaah terletak pada pinggiran kota. Total keseluruhan santri Ihya' Ulumuddin ialah 100 orang sedangkan Daarul Falaah ialah 120 orang. Kegiatan pembelajaran dan tahfidz Alquran merupakan tindak lanjut, implementasi serta bentuk pengawalan amanat Pimpinan Pondok Pesantren mengenai kewajiban bagi santri di semua jenjang pendidikan di Pondok Pesantren dalam belajar dan menghafal Alquran. Peserta yang terlibat dalam program pembelajaran dan tahfidz Alquran adalah santri Pondok Pesantren yang dikawal langsung oleh muhaffidz/ah. Kegiatan tahfidz bersifat wajib, diadakan setiap hari Senin sampai Sabtu dari ba'da Subuh, qabla Magrib dan ba'da Magrib dan disunnahkan menambahnya di waktu lain. Waktu pelaksanaan Subuh dimulai dari pukul 05.45-07.00 WITA, tahfidz qabla Magribdimulai dari pukul 17.45 sampai dengan azan Magrib dan tahfidz ba'da Magrib dimulai setelah salat Magrib sampai dengan azan Isya.

Di Pondok Pesantren juga memiliki jam istirahat yang biasa digunakan untuk bermain serta pondok pesantren memiliki program dan kegiatan tambahan seperti pembelajaran ilmu fiqih dan hadist, pembelajaran ilmu tajwid, pembelajaran Bahasa Arab, pembelajaran adab-adab, sirah nabawiyah, memanah, berenang, futsal, muhadhoroh, hadroh/mualidul habsyi, dan tafakkur alam/rihlah.

Hasil Penelitian

Uji Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Santri Pondok Pesantren di KotaSamarinda

Variabel		N = 150	%
Usia	12 Tahun	11	7,3
	13 Tahun	50	33,3
	14 Tahun	39	26,0
	15 Tahun	28	18,7
	16 Tahun	17	11,3
	17 Tahun	5	3,3
Pendidikan	SD	11	7,3
	SLTP/SMP	12	8,0
	SLTA/SMK	104	69,3
	DIPLOMA/S1	23	15,3
Pekerjaan Orang Tua	PNS/BUMN/TNI/POLRI	12	8,0
	Pegawai	80	53,3
	Perusahaan/Swasta/Honoror/Buruh	15	10,0
	Lepas/Kuli/Petani		
	Pengusaha/Wiraswasta/Pedagang	43	28,7

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar usia santri pada usia 13 tahun sebanyak 50 (33,3%), sedangkan usia tertua santri adalah pada usia 17 tahun 5 (3,3%). Karakteristik subjek penelitian berdasarkan pendidikan dapat dilihat bahwa sebagian besar tingkat pendidikan orang tua santri pada jenjang SLTA/SMA/SMK 104 orang (69,3%) dan masih terdapat 11 orang (7,3%) yang pendidikannyasetingkat sekolah dasar. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan pekerjaan orang tua menunjukkan bahwa paling banyak pekerjaan orang tua santri sebagai pegawai perusahaan/swasta yaitu 80 (53,3%),sedangkan jumlah pekerjaan orang tua santri paling sedikit adalah sebagai PNS/BUMN/TNI/POLRI sebanyak 12 (8,0%). Hal ini disebabkan karena mayoritas orang tua santri bekerja diperusahaan atau pekerja swasta.

Hasil Uji Korelasi Somers'D

Tabel 2. Status Gizi Santri Ihya Ulumudin dengan Kemampuan Menghafal Santri

Variable		Kemampuan menghafal Santri Pesantren Ihya		Total	Value	Approx.Sig
		Dibawah Rata-rata s/d Rata-rata	Diatas Rata-rata =>			
Status Gizi Santri Ihya Ulumudin	Kurus	6	1	7	0,073	0,265
	Normal	50	2	52		
	Gemuk	9	0	9		
	Total	65	3	68		

Hasil tabel 2 dari hasil olah data tersebut di analisa dengan melihat Sig. dan nilai value dengan demikian dapat dilihat bahwa tidak terdapat hubungan yang ditunjukkan dengan nilai uji Somers'd approx.sig 0.26. yang artinya nilai sig > 0.05, maka H0 diterima yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kemampuan menghafal Alquran pada santri di pesantren Ihya Ulumudin Kota Samarinda, sedangkan nilai value 0,073 kemudian dibandingkan atau dilihat dengan nilai koefisien korelasi yang berada pada rentang nilai 0,00 s/d 0,29 yang artinya hubungan status gizi dengan kemampuan santri dalam menghafal Alquran berda pada hubungan yang sangat lemah.

Tabel 3. Status Gizi Santri Pesantren Darul Falah dengan Kemampuan Menghafal Santri Pesantren Darul Falah

Variable		Kemampuan menghafal Santri Pesantren Ihya		Total	Value	Approx.Sig
		Dibawah Rata-rata s/d Rata-rata	Diatas Rata-rata =>			
Status Gizi Santri Ihya Ulumudin	Kurus	10	3	13	0,23	0,032
	Normal	38	16	54		
	Gemuk	4	4	8		
	Obesitas	2	5	7		
	Total	54	28	82		

Hasil tabel 3 menunjukkan terdapat hubungan, hal ini ditunjukkan dengan nilai uji Somers'd value 0,23 kemudian dibandingkan atau dilihat dengan nilai koefisien korelasi yang berada pada rentang nilai 0,0 s/d 0,29 yang artinya hubungan status gizi dengan kemampuan santri dalam menghafal Alquran berada pada hubungan yang sangat lemah dan hasil nilai approx.sig 0.03. yang artinya nilai sig. < 0.05, maka H0 ditolak yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kemampuan santri menghafal Alquran pada pesantren darul falah Kota Samarinda. Walaupun nilai korelasinya tergolong dalam kategori lemah, namun hipotesis yang telah dibuat sebelumnya dapat diterima, tetapi tingkat hubungannya emah antara status gizi dengan kemampuan santri dalam menghafal Alquran.

PEMBAHASAN

Karakteristik Santri Pondok Pesantren di Kota Samarinda

Karakteristik santri Pondok Pesantren di Kota Samarinda dengan fokus pada usia, pendidikan orang tua, dan pekerjaan orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia santri

penghafal Alquran berada dalam kisaran usia 12 hingga 17 tahun, dimana usia ini dianggap ideal untuk memulai proses menghafal Alquran. Teori menyatakan bahwa anak-anak pada tahap usia 6-12 tahun cenderung lebih cepat dalam menghafal Alquran karena tingkat kecerdasan mereka berkembang secara optimal. Pada periode ini, anak-anak mulai mengembangkan kemampuan membaca, menulis, menghitung, dan menghafal dengan lebih baik.

Selain usia, pendidikan orang tua juga menjadi aspek penting dalam penelitian ini. Mayoritas orang tua santri memiliki tingkat pendidikan SLTA/SMA/SMK sebanyak 69,3%. Pendidikan orang tua dianggap relevan dengan status gizi anak, sesuai dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orang tua berhubungan dengan status gizi anak. Seiring dengan tingginya tingkat pendidikan orang tua, pengetahuan mereka dalam menstimulasi anak untuk menjaga status gizi anak juga meningkat.

Karakteristik pekerjaan orang tua santri juga menjadi fokus dalam penelitian ini. Mayoritas orang tua santri bekerja sebagai pegawai/pegawai swasta (53,3%), sementara sebagian kecil merupakan PNS/BUMN/TNI/POLRI (8,0%). Pekerjaan orang tua ini memiliki kaitan erat dengan status gizi, karena tingkat ekonomi keluarga sangat mempengaruhi ketersediaan gizi bagi santri. Orang tua yang bekerja sebagai pegawai swasta mungkin memiliki akses lebih baik terhadap sumber daya ekonomi, yang dapat berdampak positif pada status gizi anak-anak mereka.

Selain itu, temuan menunjukkan bahwa ada sebagian kecil orang tua santri yang meneruskan pekerjaan orang tua dahulu yang berkebun atau memiliki lahan pertanian. Faktor ini juga memainkan peran dalam status gizi, karena dapat memengaruhi cara keluarga memenuhi kebutuhan gizi melalui pengelolaan sumber daya pertanian yang dimiliki. Secara keseluruhan, karakteristik santri Pondok Pesantren di Kota Samarinda menunjukkan keberagaman dalam usia, pendidikan, dan pekerjaan orang tua. Hal ini penting untuk dipertimbangkan dalam konteks hubungan antara status gizi dan kemampuan hafalan Alquran pada santri. Pemahaman lebih lanjut terhadap faktor-faktor ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang kondisi santri dan memberikan dasar yang kuat untuk intervensi dan perbaikan status gizi.

Status Gizi Santri Pondok Pesantren Samarinda

Penelitian yang telah dilakukan pada santri dengan hasil status gizi yang normal mayoritas sebanyak (70,7%), dan terdapat santri kelebihan gizi yaitu gemuk 17 santri (11,3%) dan obesitas 7 santri (4,7 %) dengan total 24 (16 %) mengalami gizi lebih dan masih terdapatnya santri dengan gizi kurang (kurus) 20 santri(13,3%) tabel perbandingan antara IMT (rentang usia antara -1 SD s/d +1 SD).

Penelitian Andi Faradilah, Darmawansyih (2018) menemukan rerata status gizi anak remaja pada pesantren Tahfizh tergolong normal walaupun rerata asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat tidak mencapai anjuran AKG. Rekomendasi bagi sistem tata kelola makanan pesantren yang memperhatikan kebutuhan gizi remaja dan siklus menu yang variatif dapat menjadi solusi meningkatkan asupan anak pesantren yang akan menciptakan generasi masa depan yang sehat dan produktif.

Asupan zat gizi, pola makan, dan pengetahuan mengenai gizi menjadi faktor yang mempengaruhi gizi secara tidak langsung. Pada masa remaja membutuhkan asupan yang baik karena pada masa tersebut sedang mengalami pertumbuhan baik dari segi fisik maupun psikis, sehingga apabila mengalami kekurangan asupan akan mengalami pertumbuhan yang lambat. Status gizi normal di pengaruhi oleh pengetahuan pola makan sesuai hasil penelitian Nurwulan et al., (2017), tentang hubungan asupan zat gizi, pola makan, dan pengetahuan gizi dengan status gizi santri di Pondok Pesantren At-Thayyibah Caringin Sukabumi, maka dapat disimpulkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi dan pola makan yang cukup

baik sehingga sebagian besar responden memiliki status gizi yang normal.

Pada hasil observasi secara langsung dilapangan beberapa santri yang memiliki status gizi kurang (kurus) pada kondisi saat dilapangan beberapa santri tersebut kurang memiliki nafsu makan (menggambil makanan sedikit dari porsi santri yang memiliki status gizi normal). Santri juga telah di beri jatah porsi lauk namun dibebaskan untuk mengambil nasi sesuai dengan keinginan masing masing santri. Pada santri selain makan yang sesuai dengan jam makan (pagi, siang, sore) mereka juga diwajibkan menambah suplemen seperti sari kurma. Para santri yang memiliki status gizi normal, obesitas, dan kurang juga melakukan puasa Sunnah senin-kamis.

Kemampuan Hafalan Santri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan menghafal santri bahwa sebagian besar pada kemampuan dibawah rata-rata samadengan 78,7%, dan santri yang memiliki kemampuan diatas rata-rata hanya 21,3%. Kemampuan sering dikaitkan dengan motivasi santri untuk belajar lebih giat.

Dalam penelitian Ismanto, (2010) Faktor-faktor pendukung kemampuan santri dalam menghafal Alquran di pondok pesantren Raudhatul Qur'an Kauman, Kota Semarang meliputi: motivasi santri, pengetahuan dan pemahaman tentang Alquran oleh santri, pengaturan dalam menghafal Alquran, fasilitas untuk menghafal Alquran, dan proses otomatisasi (muraja'ah) hafalan oleh santri dalam menghafal Alquran.

Hubungan Status Gizi dengan Kemampuan Hafalan Santri Pondok Pesantren di Kota Samarinda

Hasil analisa bivariat pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang lemah antara status Gizi dengan kemampuan santri dalam menghafal Alquran santri pesantren dikota samarinda, yang ditunjukan dengan nilai somers'D p-value 0,13 dan Output (symetrics Measure) nilai approx.sig 0.13. Jadi nilai sig ini > 0.05 , maka H_0 diterima. Adanya hubungan yang signifikan Status Gizi dengan Kemampuan santri menghafal Alquran pada pesantren di kota samarinda. Walaupun nilai korelasinya tergolong kedalam kategori lemah, namun hipotesis yang telah dibuat sebelumnya dapat diterima, tetapi tingkat hubungannya lemah antara status gizi dengan kemampuan santri dalam menghafal Alquran.

Santri yang memiliki kemampuan hafalan diatas rata rata pada pondok pesantren Ihya Ulumuddin ialah pada santri berstatus gizi normal namun pada pondok pesantren Daarul Falaah santri yang memiliki kemampuan menghafal diatas rata rata ialah santri dengan status gizi normal dan gemuk (4) serta obesitas (5) dan pada kedua pondok pesantren tersebut juga terdapat beberapa santri kurus yang memiliki kemampuan hafalan diatas rata rata namun sebagian besar memiliki kemampuan dibawah rata rata.

Faktor-faktor lain yang memainkan peran penting dalam proses menghafal Alquran tidak hanya terbatas pada kemampuan kognitif semata, melainkan juga mencakup aspek motivasi dan kesejahteraan psikologis penghafal. Motivasi dari orang-orang terdekat, terutama orang tua, keluarga, dan sanak kerabat, diakui sebagai salah satu elemen kunci dalam memotivasi seseorang untuk menghafal Alquran. Dengan adanya dukungan dan dorongan positif dari lingkungan sekitar, seorang penghafal akan merasakan semangat dan dorongan tambahan untuk mengatasi tantangan dalam menghafal Alquran. Sebaliknya, kurangnya motivasi dari orang-orang terdekat atau keluarga dapat menjadi faktor penghambat yang signifikan dalam upaya menghafal Alquran. Oleh karena itu, peran dan dukungan aktif dari lingkungan sosial, terutama keluarga, dapat memberikan dampak positif pada kemajuan penghafal.

Selain motivasi, kesejahteraan psikologis juga diakui sebagai faktor krusial dalam menghafal Alquran. Penghafal Alquran memerlukan ketenangan jiwa baik dari segi pikiran maupun hati. Kesehatan mental yang baik memungkinkan penghafal untuk fokus, menenangkan pikiran, dan meminimalkan beban mental yang dapat mengganggu proses

menghafal. Stress atau kecemasan yang tinggi dapat menghambat konsentrasi dan daya ingat, sehingga mempengaruhi kemampuan menghafal Alquran dengan baik. Oleh karena itu, selain menjaga kesehatan fisik, penghafal Alquran disarankan untuk merawat kesehatan mentalnya dengan berdzikir dan beristighfar kepada Allah Swt., sehingga menciptakan kondisi mental yang kondusif untuk proses menghafal Alquran. Dengan memperhatikan faktor-faktor motivasi dan kesejahteraan psikologis ini, penghafal Alquran dapat mengoptimalkan potensinya dalam mencapai tujuan menghafal Alquran dengan penuh dedikasi dan ketenangan jiwa.

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui karakteristik berdasarkan usia, pendidikan orang tua responden, dan pekerjaan orang tua responden. Pada penelitian ini jumlah sampel yang digunakan sebanyak 150 santri dengan 68 santri di pesantren Ihya' Ulumuddin dan 82 santri pesantren Daarul Falaah Kota Samarinda. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi langsung oleh peneliti yang melalui pendataan data sekunder karakteristik responden dan mengukur status gizi santri terhadap kemampuan menghafal Alquran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden santri Pondok Pesantren di Kota Samarinda, dengan rentang usia 12 hingga 17 tahun, menunjukkan mayoritas orang tua memiliki pendidikan pada tingkat SLTA/SMA/SMK sebanyak 69,3%, dan mayoritas bekerja sebagai pegawai perusahaan/swasta sebanyak 53,3%. Adapun gambaran status gizi santri menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam kategori normal (70,7%), dengan sejumlah 16% mengalami gizi lebih, dan terdapat pula santri dengan gizi kurang sebanyak 13,3%. Kemampuan hafalan santri mayoritas berada di bawah rata-rata sebanyak 79,3%, sementara hanya sebagian kecil yang memiliki kemampuan di atas rata-rata sebanyak 20,7%.

Selanjutnya, analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kemampuan hafalan pada santri Pondok Pesantren Ihya Ulumuddin di Kota Samarinda, dengan nilai uji Somers'd sebesar 0,07 pada rentang hubungan yang sangat lemah (approx.sig = 0,26). Namun, terdapat hubungan antara status gizi dan kemampuan hafalan pada santri Pondok Pesantren Daarul Falaah di Kota Samarinda, dengan nilai uji Somers'd sebesar 0,23 pada rentang hubungan yang sangat lemah (approx.sig = 0,03). Hal ini menunjukkan perbedaan dalam korelasi antara status gizi dan kemampuan hafalan antara dua pondok pesantren yang diteliti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada tim redaksi Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Tambusai atas kesempatan yang diberikan sehingga kami dapat menerbitkan artikel kami. Kami juga mengucapkan terimakasih atas bimbingan yang diberikan oleh dosen pembimbing serta semua pihak yang terlibat dalam penulisan artikel ini. Kami berharap hasil penelitian kami dapat bermanfaat sebagaimana mestinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfonita, F. (2018) 'Implikasi Psikologis Bagi Penghafal Alquran' *Computers and Industrial Engineering*, 2.
- Andi, F., Darmawansyah, A. (2018) 'Gambaran Status Gizi Dan Asupan Remaja Pesantren Tahfidz' *Jurnal UIN Alauddin*, 2(2), 26–32.

- Annisa, P. A. (2015) 'Densitas Energi Konsumsi, Status Gizi, Dan Daya Ingat Sesaat Anak Usia Sekolah Dasar', *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(3), 187–194. <https://doi.org/10.25182/jgp.2014.9.3.%p>
- Arcita. (2021). *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung : AlfaBeta
- Astina, J. (2016) 'Pengaruh Status Gizi Dan Status Anemia Terhadap Daya Ingat Sesaat Siswa Di Sdn Pasanggrahan 1 Kabupaten Purwakarta', *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 103. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.103-110>
- Catur, S. A. D. L. (2020) 'Gizi pada remaja merupakan suatu hal yang harus diperhatikan, banyak dampak yang akan dialami oleh remaja ketika mengalami malnutrisi' *JOM FK*, 3(1), 141–148.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur. (2021). *Penjaringan Kesehatan Peserta Didik*. Kemdikbud.
- Farohatus, S., & Fatah, S. (2020) 'Sistem Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Tahfidz' *Journal Unnes*, 1(2), 90–100. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmi>
- Febriana, V. (2019). *Hubungan Kebugaran Fisik dan Status Gizi Dengan Daya Ingat Siswa SDN Totosari I dan Tunggylsari I,II di Surakarta*. Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Febriani, D. (2020) 'Hubungan Asupan Energi Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar' *Jurnal Unhas*.
- Ferdinan. (2018) 'Pondok Pesantren, Ciri Khas Perkembangannya' *Jurnal Tarbawi*, 53(9), 13.
- Ismanto, H. S. (2010) 'Faktor-Faktor Pendukung Kemampuan Menghafal Alquran Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling (Studi Kasus Pada Beberapa Santri Di Pondok Pesantren Raudlotul Qur'an Semarang' *Jurnal UPGRIS*, 4, 1–21.
- Masita, R., Khirana, R. D., & Gulo, S. P. (2020) 'Santri Penghafal Alquran Motivasi dan Metode Menghafal Alquran Santri Pondok Pesantren Tahfizul Qur'an Sungai Pinang Riau' *Idarotuna*, 3(1), 71–83.
- Musyayyib, R., Hartono, R., & Pakhri, A. (2017). *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar Vol. XII No. 2, Desember 2017 29 pengetahuan dan pola makan dengan status gizi remaja di pondok pesantren nahdlatul ulum soreang maros*. Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar.
- Nurwulan, E., Furqan, M., & Debby, E. S. (2017) 'Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Santri Di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah Sukabumi' *Argipa*, 2(2), 65–74. <https://doi.org/10.22236/argipa.v2i2>
- Oktapiani, M. (2020) 'Tingkat Kecerdasan Spiritual Dan Kemampuan Menghafal Alquran' *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 95–108. <https://doi.org/10.34005/tahdzib.v3i1.861>
- Oktaviani, D. T., & Nugroho, P. S. (2021) 'Hubungan Konsumsi Sayur dan Jumlah Uang Saku dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMPN 18 Samarinda' *AcTion: Aceh Nutrition Jurnal*, 2(3), 1915–1921.
- Rahima, N. dkk. (2021) 'Perbedaan Kemampuan Menghafal Alquran berdasar atas Nilai Z-Score Status Gizi pada Santri Sekolah Dasar Usia 6 – 12 Tahun di Pondok Pesantren Alquran Babussalam Kabupaten Bandung Differences in the Ability of Memorizing Alquran based on the Z-Score of' *Jurnal Integrasi Kesehatan Dan Sains (JKS) Online*, 3(2), 1–6. <http://ejournal.unisba.ac.id/index.php/jiks>
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Pp. 803–809)*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013. <https://doi.org/10.1517/13543784.7.5.803>
- Riskesdas. (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018' *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.

- Sofiatun, T. (2017). gambaran status gizi, asupan zat gizi makro, aktivitas fisik, pengetahuan praktik gizi seimbang pada remaja di pulau barrang lompomakassar. in solid state ionics (vol. 2, issue 1). universitas hasanuddin makassar.
- Tambusai, D., A. Y., Zahro, R. K., & Sari, F. K. (2021) 'Status Gizi Di Pondok Pesantren' *Jurnal Kebidanan Midwiferia* 2, 30–39.
- WHO. (2012). *Adolescent Health: The missing population in Universal Health Coverage*.