

PENDAMPINGAN PENGUKURAN DAN PENILAIAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR

Aisah R. Pomatahu¹, Dedi Nofrizal², Tri Agustin³, Sukardi⁴, Mirdayani Pauweni^{5*}

^{1,5*}Universitas Negeri Gorontalo,

²Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna,

³Universitas Bina Darma Palembang

⁴STKIP Melawi

aisahpomatahu@ung.ac.id

bluefikkers@gmail.com

triagustin@binadarma

stkipmelawisukardi@gmail.com

mirdayani.pauweni@ung.ac.id

Abstrak

Status gizi dapat menggambarkan status kesehatan dan keberhasilan pemenuhan nutrisi yang seimbang antara masukan zat gizi dan kebutuhan. Keadaan status gizi anak Indonesia, menurut (Unicef, 2018) terancam karena masalah beban ganda (kekurangan dan kelebihan) gizi. Dari 10 anak, 1 anak mengalami kurus (*wasting*), dan 20% anak usia sekolah dasar mengalami obesitas. Status gizi mempengaruhi pertumbuhan hingga perkembangan anak. Tujuan kegiatan ini untuk membantu guru Pendidikan jasmani memantau pertumbuhan anak, dan menyediakan data sekunder status gizi anak bagi sekolah. Jumlah subyek sasaran kegiatan adalah anak sekolah dasar di Kecamatan Kota Selatan Kota Gorontalo berjumlah 610 anak. Berdasarkan hasil kegiatan pengukuran dan penilaian status gizi dengan menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh per umur (IMT/umur), dan berpedoman pada standar deviasi Z-Score anak usia 5-18 tahun. Diketahui 17,37% anak berstatus gizi normal, 7,87% sangat kurus, 70,16% kurus, 2,3% gemuk, 2,3% obesitas.

Kata Kunci: pengukuran, penilaian, status gizi, anak, sekolah dasar

Pendahuluan

Status gizi dapat menggambarkan status kesehatan dan keberhasilan pemenuhan nutrisi yang seimbang antara masukan zat gizi dan kebutuhan (Annisa, 2023; Lutfiya, 2023). Keadaan status gizi anak Indonesia, menurut (Unicef, 2018) terancam karena masalah beban ganda (kekurangan dan kelebihan) gizi. Dari 10 anak, 1 anak mengalami kurus (*wasting*), dan 20% anak usia sekolah dasar mengalami obesitas. Sejak tahun 2014 dilaporkan oleh (International Food Policy Research Institute, 2014) Indonesia bersama 17 negara berkembang lainnya memiliki beban ganda, yakni kekurangan (*stunting* dan *wasting*), dan kelebihan (obesitas). Masalah gizi ini tidak hanya terjadi di Indonesia, namun juga pada negara-negara lainnya. (de Onis & Branca, 2016) melaporkan perkiraan 161 juta anak di seluruh dunia mengalami *stunting*, dan 39% atau 1,9 milyar menderita gemuk, dan 13% atau 650 juta menderita obesitas berdasarkan data WHO hingga 2016 pada penduduk dunia <18 tahun dari penduduk dunia (OECD, 2019).

Masalah beban ganda ini ditemui di Provinsi Gorontalo. Berdasarkan data Riskesdas Provinsi Gorontalo 2018 (Kemenkes RI, 2019), status gizi dari 1.700 anak usia 5-12 tahun yang ditimbang, yakni: 2,70% sangat kurus, 8,45% kurus, 8,93% gemuk, dan 6,26% obesitas. Melalui kegiatan pengabdian di sekolah

*Correspondent Author: mirdayani.pauweni@ung.ac.id

dasar di Donggala Kota Gorontalo, diketahui status gizi anak sekolah dasar yang bermasalah, yakni: 2 (1,01%) dan 6 (3,05%) berstatus sangat kurus dan kurus. Disisi lain, 6 (3,05%) dan 23 (11,67%) memiliki status gemuk dan obesitas (Pomatahu & Pauweni, 2023).

Status gizi mempengaruhi pertumbuhan hingga perkembangan anak. Pertumbuhan adalah perubahan yang terjadi secara biologis, anatomis, dan fisiologis (Hidayati, 2017). Ciri-ciri pertumbuhan antara lain: (1) perubahan ukuran pada tinggi badan, berat badan, lingkar kepala, dll, (2) perubahan relatif, (3) perubahan ciri-ciri lama, (4) munculnya ciri baru (Astuti, 2023; Hidayat, 2008). Pertumbuhan dapat diukur dengan mudah melalui perubahan fisik yang bersifat kuantitatif (Nahriyah, 2018), dan menjadi indikator bagi status gizi yang baik bagi individu dan populasi (Pahlevi, 2012). Pengukuran status gizi merupakan upaya pencegahan masalah gizi (Pratiwi et al., 2023). Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membantu guru Pendidikan jasmani: (1) memantau pertumbuhan anak, (2) menyediakan data sekunder status gizi anak. Selain itu, informasi ini juga dapat berguna bagi orang tua siswa dan sekolah.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian ini dilaksanakan selama 5 minggu di sekolah dasar yang ada di Kecamatan Kota Selatan Kota Gorontalo pada November-Desember 2021. Tahapan kegiatan terdiri dari: persiapan, pelaksanaan, penilaian. Kegiatan pada tahap persiapan, yakni (a) survei lokasi, dan (b) pembekalan pengetahuan. Survei lokasi bertujuan untuk meninjau kelengkapan peralatan yang ada di masing-masing sekolah, sekaligus berkoordinasi lanjut dengan guru Pendidikan jasmani untuk penetapan jadwal pengukuran. Pembekalan pengetahuan bertujuan untuk melatih mahasiswa untuk mengukur Indeks Massa Tubuh dan menghitung Z-Score, sehingga dapat menetapkan status gizi anak.

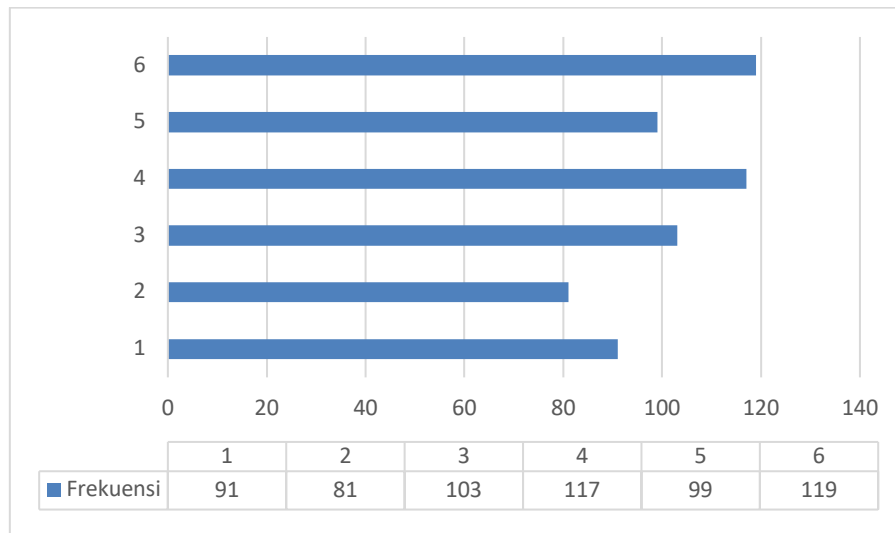
Tahap pelaksanaan, pengabdian mendampingi pengukuran dan penilaian tinggi badan dan berat badan siswa kelas 1-6 di Sekolah Dasar Negeri 32, 33, dan 34. Alat yang digunakan untuk mengukur berat badan adalah Serenity BR2016, dan tinggi badan adalah Onemed 2m stature meter. Selanjutnya, tahap hasil. Pada tahap ini, dilakukan pengabdian mendampingi pengolahan data yang diperoleh dari tahap sebelumnya. Data diolah menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh per umur (IMT/umur), dan berpedoman pada standar deviasi Z-Score anak usia 5-18 tahun (Kemkes, 2020).



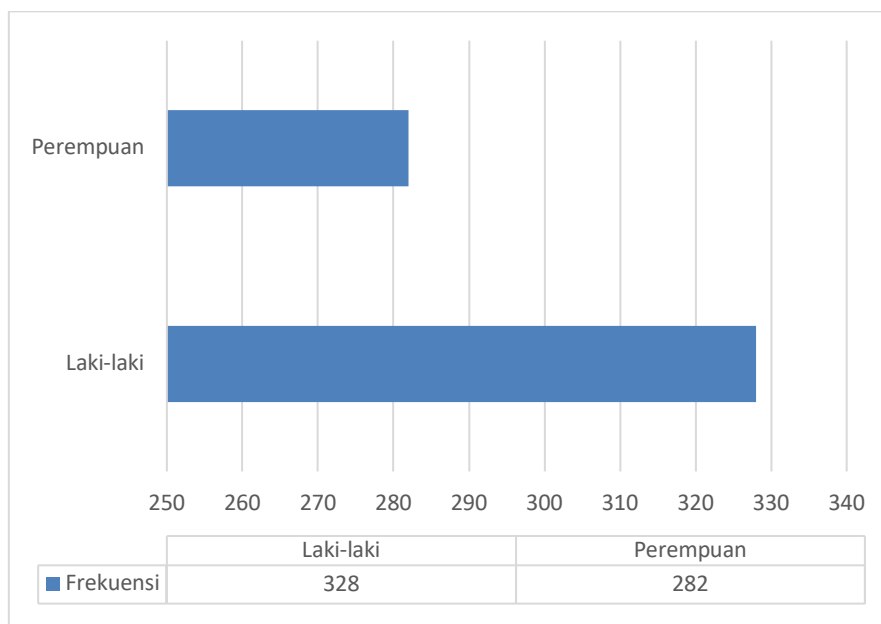
Gambar 1. Pengukuran tinggi badan dan berat badan

Hasil dan Pembahasan

Profil anak sekolah dasar yang menjadi sasaran, dan hadir pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian disajikan pada tabel 1 dan 2 berikut.

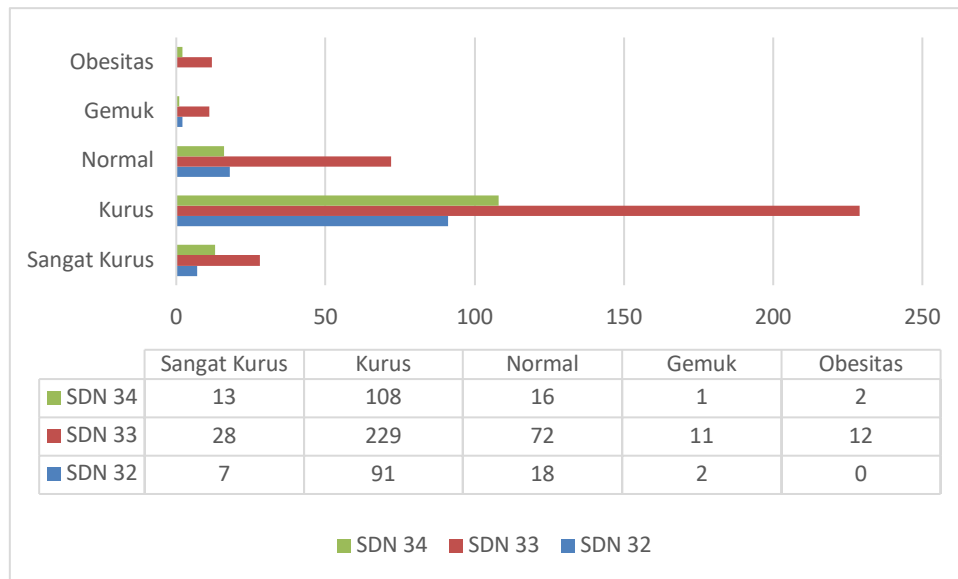


Grafik 1. Subyek sasaran berdasarkan kelas

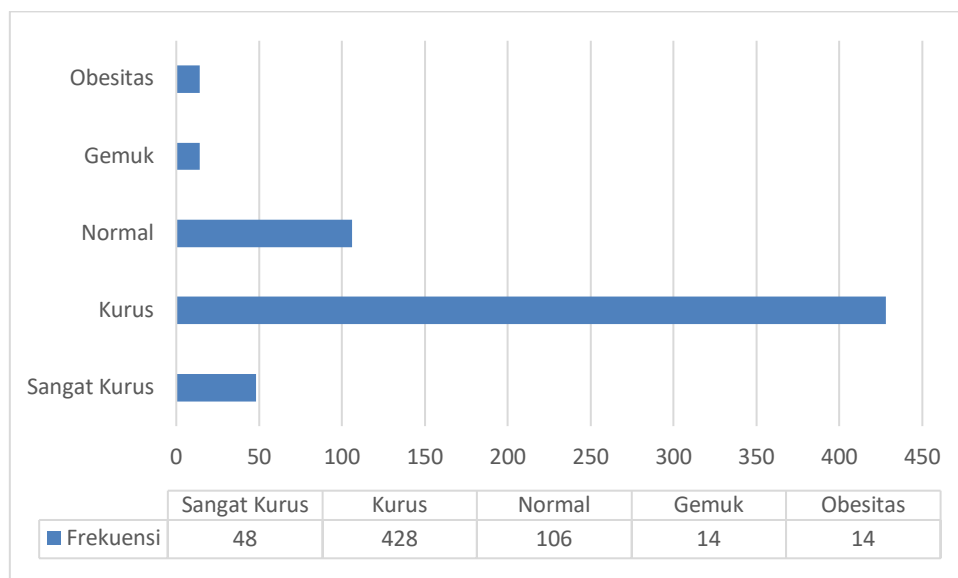


Grafik 2. Subyek sasaran berdasarkan jenis kelamin

Jumlah total subyek sasaran kegiatan 610 anak yang tersebar di kelas 1 berjumlah 91 anak, kelas 2 berjumlah 81 anak, kelas 3 berjumlah 103 anak, kelas 4 berjumlah 117 anak, kelas 5 berjumlah 99 anak, dan kelas 6 berjumlah 119 anak. Terdiri dari 328 anak laki-laki dan 282 anak perempuan.



Grafik 3. Status gizi anak pada masing-masing sekolah dasar (IMT/U)



Grafik 4. Status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Kota Selatan

Berdasarkan hasil penilaian dan penghitungan Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/Umur), data status gizi anak pada masing-masing sekolah dapat dilihat pada Grafik 3, dan jumlah total masing-masing kategori status gizi Grafik 4.

Pada Grafik 3, angka tertinggi status gizi ‘sangat kurus’ sebanyak 9,29% terdapat di SDN 34, ‘kurus’ pada SDN 34 dan SDN 32 berbeda 0,02%, yakni: 77,14% dan 77,12%. Angka ‘gemuk’ dan ‘obesitas’ tertinggi terdapat di SDN 33, yakni: 3,12% dan 3,41%. Melalui Grafik 4 diketahui status gizi anak sekolah dasar di Kota Selatan Gorontalo, terdiri dari: 48 (7,87%) sangat kurus, 428 (70,16%) kurus, 106 (17,37%) normal, 14 (2,3%) gemuk, 14 (2,3%) obesitas.

Data status gizi anak sekolah dasar dibutuhkan oleh guru Pendidikan jasmani sebagai tolok ukur pertumbuhan anak, agar sesuai dengan usianya. Sebagai Keadaan status gizi anak memiliki hubungan dengan aktivitas fisik dan kebugaran jasmani (Pascoal & Purnomo, 2010), dan kemampuan motorik anak (Iswahyudi & Fajar, 2019; Yeni & Surahman, 2019). Penelitian yang dilakukan (Sepriadi, 2017) menemukan kontribusi status gizi terhadap kebugaran jasmani anak sekolah dasar. (Astyorini, 2014) melaporkan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kemampuan motorik kasar anak sekolah dasar. Lebih spesifik (Antoni & Bakhtiar, 2019) mengatakan bahwa status gizi memiliki hubungan dengan kemampuan gerak lokomotor. Hal ini berimbas kepada hasil belajar (Agung Cahyadi et al., 2023; Ariesna & Kusumawati, 2018) dan prestasi belajar anak dalam Pendidikan jasmani (Pratiwi et al., 2023).

Kesimpulan dan Saran

Melalui kegiatan pengabdian ini, pengabdian mendampingi guru Pendidikan jasmani untuk melakukan pengukuran dan penilaian status gizi anak menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh per umur (IMT/umur). Tujuan kegiatan pengabdian ini tercapai, guru dapat memantau pertumbuhan anak, dan sekolah memiliki data sekunder status gizi anak. Selanjutnya diharapkan, guru melakukan pengukuran dan penilaian status gizi secara berkala di masing-masing sekolah.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo yang memfasilitasi pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat. Kepala Sekolah dan Guru Pendidikan jasmani SDN No. 32 Kota Selatan, SDN No.33 Kota Selatan, SDN No.34 Kota Selatan yang mengizinkan pengabdian melakukan pendampingan di sekolah.

Referensi

- Agung Cahyadi, Rizkei Kurniawan, & Ruman. (2023). Pengaruh Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 11(1), 91–97. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v11i1.846>
- Annisa, N. (2023). Penilaian Status Gizi. In *Bunga Rampai Pangan dan Gizi* (p. 190). Media Pustaka Indo.
- Antoni, R., & Bakhtiar, S. (2019). Hubungan Status Gizi Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Locomotor di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(8), 21–27.
- Ariesna, R. D., & Kusumawati, O. (2018). Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Melempar Bola. *Terampil: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 5(1), 80. <https://doi.org/10.24042/terampil.v5i1.2750>
- Astuti, D. W. (2023). Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. In *Pengantar Kesehatan Ibu dan Anak* (1st ed., pp. 95–99).
- Astyorini, Y. D. (2014). Hubungan Status Gizi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas 1 Di SDN Krembangan Utara I/56 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 02(02), 33–39.
- de Onis, M., & Branca, F. (2016). Childhood stunting: a global perspective. *Maternal & Child Nutrition*, 12(S1), 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- Hidayat, A. (2008). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak* (1st ed.).

- Hidayati, A. (2017). Merangsang Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Dengan Pembelajaran Tematik Terpadu. *Samwa: Jurnal Studi Gender*, 12(1), 151. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i1.1473>
- International Food Policy Research Institute. (2014). *Global Nutrition Report 2014: Actions and Accountability to Accelerate the World's Progress on Nutrition*.
- Iswahyudi, N., & Fajar, M. K. (2019). Hubungan Status Gizi dengan Kemampuan Motorik Sisiwa di Madrasah Tsnauiyah Se-Kecamatan Rejotangan. *Jurnal Koulutus*, 2(2), 81–95.
- Kemenkes RI. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Provinsi Gorontalo*.
- Kemkes. (2020, January 8). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. https://Yankes.Kemkes.Go.Id/Unduhan/Fileunduhan_1660187306_961415.Pdf.
- Lutfiya, L. (2023). Status Gizi. In *Pangan dan Gizi* (p. 93). Global Eksekutif Teknologi.
- Nahriyah, S. (2018). Tumbuh Kembang Anak Di Era Digital. *Risâlah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 4(1), 65–74.
- OECD. (2019). *Cardiovascular Disease and Diabetes: Policies for Better Health and Quality of Care*. OECD. <https://doi.org/10.1787/9789264233010-en>
- Pahlevi, A. E. (2012). Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 122–126.
- Pascoal, M. E., & Purnomo, S. (2010). Hubungan Antara Status Gizi dengan Tingkat Kesegaran Jasmani dan Aktivitas Fisik Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Desa Buku Kecamatan Belang Kabupaten Minahasa Tenggara. *Infokes Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), 89–95.
- Pomatahu, A. R., & Pauweni, M. (2023). Overweight and obesity education through Body Mass Index (BMI) Measurement for elementary school students in Donggala, Gorontalo. *JARDIAN: Jambura Arena Pengabdian*, 1(1), 24–29.
- Pratiwi, R., Sari, R. S., & Ratnasari, F. (2023). Dampak Status Gizi Pendek (Stunting) Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(2).
- Sepriadi, S. (2017). Kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 194. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.15147>
- Unicef. (2018). *Gizi Mengatasi Beban Ganda Malnutrisi di Indonesia*. <https://Www.Unicef.Org/Indonesia/Id/Gizi>.
- Yeni, H. O., & Surahman, F. (2019). Hubungan Status Gizi Terhadap Kemampuan Motorik Di Sd Negeri 17 Koto Iv Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 9(2). <https://doi.org/10.24176/re.v9i2.3021>