



Gambaran Status Gizi Anak Sekolah Dasar Yayasan Ar-Rasyid Di Desa Marindal I

Rani Suraya¹, Alya Alfianti Balqis¹, Intan Andhani¹, Nurna Billa¹, Raduwi Wahyuni¹, Windi Zahrani¹, Suryani²

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

²STIKes Mitra Sejati

*Corresponding Author: nurnabillaa05@gmail.com

Article Info

Article history:

Received : 2 Februari 2024

Acceptance : 2 Maret 2024

Published : 10 Maret 2024

Available online

<http://aspublisher.co.id/index.php/jhr>

E-ISSN: xxxx-xxxx

How to cite:

Suraya, R., Balqis, A. A., Andhani, I., Billa, N., Wahyuni, R., Zahrani, W., & Suryani. (2023). Gambaran Status Gizi Anak Sekolah Dasar Yayasan Ar-Rasyid di Desa Marindal I. *Journal of Health and Religion*, 1(1), 1–7.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

ABSTRACT

Nutritional status is a method of checking whether a person's body is healthy and strong based on the food eaten and how the body will use the nutrients. It is important to know if children are getting proper nutrition so that appropriate supplementary foods can be given. The purpose of this study was to determine the nutritional status of elementary school-age children in Marindal I. This research is a quantitative study with a descriptive research design. This research was conducted in Marindal I Village which was held in January-July 2024. The instrument used in this study was measurement using anthropometric measurements, by going door to door to the community house. Data analysis with descriptive univariate analysis of data processed with SPSS software version 20. From the results of measurements on 50 children, researchers obtained an average body weight of 28.07 kg, an average height of 127.812 cm, and an average BMI of 16.97, which is in the very thin category. Children who were classified as normal nutrition were 22%, 12% were classified as underweight, 62% were classified as very underweight, and 4% were classified as overweight. Therefore, comprehensive and sustainable interventions are needed to address nutrition problems in children, with a focus on improving nutritional intake and educating the community about the importance of balanced nutrition.

Keywords: Anthropometry, BMI, Nutritional Status

ABSTRAK

Status gizi adalah metode memeriksa apakah tubuh seseorang sehat dan kuat berdasarkan asupan makan yang dimakan dan bagaimana tubuh akan menggunakan nutrisi. Penting untuk mengetahui apakah anak-anak mendapatkan nutrisi yang tepat sehingga dapat diberikan makanan tambahan yang tepat. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui status gizi anak usia sekolah dasar di Marindal I. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan di di Desa Marindal I yang dilaksanakan pada

bulan Januari-Juli 2024. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini dengan pengukuran dengan menggunakan pengukuran antropometri, dengan cara door to door ke rumah Masyarakat. Analisis data dengan analisis univariat deskriptif data di olah dengan software SPSS versi 20. Dari hasil pengukuran pada 50 anak, peneliti mendapatkan rata-rata berat badan sebesar 28,07 kg, rata-rata tinggi badan sebesar 127,812 cm, dan rata-rata IMT sebesar 16,97, yaitu dalam kategori sangat kurus. Anak yang tergolong dalam gizi normal sebanyak 22%, 12% tergolong dalam kategori kurus, 62% tergolong dalam kategori sangat kurus, dan 4% tergolong dalam kategori gizi lebih. Oleh karena itu, intervensi yang komprehensif dan berkelanjutan diperlukan untuk mengatasi masalah gizi pada anak-anak, dengan fokus pada peningkatan asupan nutrisi serta edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang.

Kata Kunci: Antropometri, IMT, Status Gizi

1. PENDAHULUAN

Status gizi merupakan ukuran keadaan tubuh manusia yang diukur dari konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi dalam tubuh. Status gizi seseorang atau suatu populasi dapat ditentukan baik secara langsung yaitu secara antropometri (Fauzan dkk.2021).

Salah satu kelompok umur yang berisiko mengalami masalah gizi adalah anak sekolah dasar. Masalah gizi yang umum terjadi adalah gizi buruk, gizi lebih dan obesitas. Oleh karena itu, untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas, perlu dilakukan upaya untuk menjamin status gizi anak usia sekolah yang baik (Indrayanti dkk.2021). Anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik jika mengonsumsi makanan sehat yang bervariasi. Makan dengan baik membantu anak-anak mendapatkan energi yang mereka butuhkan untuk sekolah dan aktivitas lainnya (Herwawan et al., 2023).

Masalah gizi pada anak mempunyai dampak jangka pendek dan jangka panjang. Malnutrisi pada anak usia sekolah berdampak negatif pada kemampuan kognitif mereka dan pada akhirnya kinerja akademis mereka di sekolah. Dampak jangka panjang dari kekurangan gizi adalah berdampak pada produktivitas kerja, fungsi reproduksi, dan kesehatan yang buruk. (Desfita et al., 2023).

Menurut Lusiana et al., (2023), bahwa indikator status gizi anak dapat ditentukan dengan metode pengukuran antropometri. Beberapa parameter yang digunakan melalui pengukuran antropometri adalah berat badan, panjang/tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran dada, dan lingkaran kepala.

Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah dapat dilakukan untuk memberikan dasar pemantauan status gizi anak usia sekolah yang sebaiknya dilakukan secara berkala. Pemantauan status gizi secara teratur dan terencana memberikan gambaran status gizi dan memungkinkan dilakukannya tindakan untuk mencegah masalah gizi pada anak sekolah dasar. Menurut Kruger et al., (2023) bahwa status gizi optimal pada anak usia sekolah akan mendukung perkembangan fisik dan mental sehingga akan berdampak pada perkembangan ekonomi. Penyelenggaraan gizi anak sekolah mempunyai peranan penting, karena gizi yang cukup dapat menunjang tercapainya potensi anak sekolah baik dari segi pertumbuhannya, perkembangan dan kesehatan (Kushargina & Dainy, 2021).

Kegiatan ini menggunakan pengujian antropometri sebagai alat pengumpulan data. Tes ini menggunakan indeks massa untuk usia (BMI/U) untuk usia 5-18 dan juga mencakup pengukuran dan pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan usia (U). utilitas menggunakan skala dan mikrodetik. (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2020:5). Peningkatan nilai gizi sangat penting bagi kita untuk menurunkan angka kesakitan dan mencegah penyakit.

Oleh karena itu, evaluasi status gizi anak sangat diperlukan, karena dengan mengetahui status gizi anak, kebutuhan gizi anak dapat ditentukan secara akurat dan bila diperlukan dapat dilaksanakan tindakan gizi. Penilaian gizi dilakukan dengan berbagai cara, termasuk uji biokimia, klinis, biofisik, dan antropometrik. Pengukuran antropometri adalah metode yang paling umum digunakan untuk menilai status gizi.

2. METODE

Metode yang digunakan ialah dengan mengukur tinggi dan berat badan anak-anak dengan mengunjungi rumah mereka (door to door) dan menggunakan skala dan penggaris khusus. Peneliti menggunakan informasi tersebut untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) mereka. Perhitungan IMT ini membantu peneliti mengetahui apakah seseorang mengonsumsi makanan sehat dengan membandingkan berat badannya dengan tinggi badannya. Perhitungan IMT ini dilakukan untuk mengetahui status gizi seseorang dengan cara membandingkan berat badan (kg) dengan tinggi badan (m) kuadrat. Hasil perhitungan ini memungkinkan Anda untuk mengetahui status gizi seseorang yang termasuk dalam kategori tertentu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengukuran status gizi dilakukan oleh mahasiswa kesehatan masyarakat. Respondennya berjumlah 50 siswa sekolah dasar dengan kategori jenis kelamin dan umur berikut yang berdomisili di Desa Malindal I :

Table 1. Distribusi dan Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	34	68.0
Perempuan	16	32.0
Jumlah	50	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa menurut kategor gender, laki -laki sebanyak, yaitu 34 orang, sedangkan perempuan sebanyak 16 orang.

Table 2. Distribusi dan Frekuensi Umur

Umur	n	%
6 – 7	17	34.0
8 – 9	10	20.0
10 – 11	17	34.0
12 – 13	6	12.0
Jumlah	50	100

Tabel 2 di bawah ini menunjukkan bahwa berdasarkan kategori usia, sebagian besar responden berusia antara 6-7 tahun hingga 10-11 tahun, dan paling sedikit responden berusia antara 12-13 tahun.

Hasil pengukuran dan evaluasi status gizi anak sekolah dasar di desa Malindal I disajikan pada Tabel 3 berikut:

Table 3. Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Desa Marindal I

Status Gizi	n	%
Sangat kurus	31	64.0
Kurus	6	12.0
Normal	11	22.0
Gemuk	2	4.0
Obesitas	0	0.0
Jumlah	50	100

Dari hasil pengukuran dan penilaian status gizi terhadap 50 responden dengan kategori anak sekolah dasar diperoleh 31 anak berkategori sangat kurus dan 2 anak berkategori gemuk.

Anak usia sekolah antara usia 6 dan 12 tahun adalah siswa sekolah dasar. Pada masa ini, anak mulai berinteraksi dengan lingkungan dan lingkungan baru serta bertransisi

ke kehidupan yang lebih besar. Anak-anak pada usia ini membutuhkan energi yang lebih besar untuk melakukan segala aktivitas baik di dalam maupun luar sekolah (Rahmawati dkk. 2016). Untuk memenuhi kebutuhan energinya, anak kurang memperhatikan apa yang dimakannya. Makanan yang tidak sesuai untuk tubuh atau kurang baik bagi tubuh sebenarnya dapat memperburuk status gizi anak, namun orang tua yang tidak mengetahui nilai gizi anak dan cara menyiapkan makanan juga berdampak pada anak. Status gizi anak-anak mereka (Lestari dkk, 2023). Kurang mengonsumsi makanan yang tepat dapat menyebabkan tidak tercukupinya semua nutrisi yang dibutuhkan tubuh juga mempengaruhi status gizi seseorang (Mughtar, 2022).

Anak usia sekolah seringkali mengalami masalah gizi. Selain hal ini disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat, juga disebabkan oleh infeksi. Faktor lain penyebab gizi buruk pada anak adalah infeksi dan penyakit menular. Anak-anak lebih rentan terserang penyakit dan juga rentan terkena infeksi yang biasanya disebabkan oleh aktivitas hiperaktif atau lokasi yang kurang hati-hati. Anak-anak juga lebih rentan terkena infeksi karena tidak mengonsumsi makanan sehat dan bergizi saat dibutuhkan. Hal ini dapat mempengaruhi metabolisme dan fungsi tubuh, serta kesehatan anak, dan dapat membuat anak lebih mudah terserang penyakit karena daya tahan tubuh tidak cukup kuat untuk melawan mikroorganisme yang menyerang tubuh (Charina, 2022).

Gizi kurang pada anak dapat mengakibatkan rendahnya IMT pada anak tersebut. Gizi kurang akan membuat tubuh anak menjadi sangat kurus. Gizi buruk pada anak sekolah dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak teratur, buruk, atau sembarangan. Jika asupan makanan anak rendah atau kualitas dan kuantitasnya buruk, jika tidak ditangani akan berdampak buruk bagi kesehatan anak. Masalah gizi pada anak mempunyai dampak jangka pendek dan jangka panjang. Anak usia sekolah yang menderita gizi buruk mengalami gangguan kemampuan kognitif sehingga berdampak pada prestasi akademiknya di sekolah, dan daya tahan tubuhnya juga melemah. Adapun dampak jangka panjang kekurangan gizi adalah mempengaruhi produktivitas bekerja, fungsi reproduksi serta status kesehatan yang rendah (Desfita et al., 2023). Kekurangan gizi pada anak juga dapat mempengaruhi daya tahan tubuh sehingga anak mudah mengalami penyakit infeksi (Amalia & Putri, 2022).

Selain gizi buruk, gizi lebih juga menimpa anak usia sekolah. Makan berlebihan pada anak sekolah dapat disebabkan oleh konsumsi makanan dan nutrisi yang berlebihan sehingga dapat menyebabkan postur tubuh yang lebih panjang atau obesitas. Menurut

Vidya & Ratnawati, (2022) bahwa kelebihan berat badan pada anak akan terus berlanjut jika tidak diatasi sejak dini yang dapat menyebabkan terkena penyakit tidak menular, misalnya diabetes melitus. Nuryanti et al., (2023) menyatakan bahwa kelebihan gizi baik berat badan lebih maupun obesitas dapat meningkatkan resiko penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular, tekanan darah tinggi atau hipertensi, stroke juga dapat menyebabkan kanker. Untuk mengatasi masalah ini dapat dilakukan dengan mengurangi konsumsi makanan pada anak dan menjaga makan yang berlebihan serta rutin berolahraga, agar memiliki berat badan yang ideal.

Gizi anak dapat dipengaruhi oleh cara orang tua memberikan makanan yang bervariasi untuk dikonsumsinya. Beberapa orang tua mungkin hanya memberikan pilihan terbatas pada waktu makan, sehingga bisa membuat anak bosan dan enggan makan. Hal ini bisa disebabkan karena orang tua mungkin kurang memiliki pengetahuan tentang gizi dan kesehatan, yang mungkin dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Selain itu, faktor ekonomi juga dapat berperan dalam jenis makanan yang dipilih orang tua untuk diberikan kepada anaknya. Beberapa orang tua mungkin memilih makanan cepat saji karena mereka tidak yakin apakah makanan tersebut cukup bergizi atau karena lebih nyaman (Munawaroh et al., 2022).

4. KESIMPULAN

Dengan menggunakan pengukuran antropometri terhadap 50 siswa sekolah dasar Yayasan Ar- Rasyid Marindal I, peneliti menemukan bahwa 22% anak tergolong gizi normal atau cukup makannya, dan 12% tergolong kurus, 62% tergolong dalam kategori sangat kurus, dan 4% tergolong dalam kategori gizi lebih atau banyak malnutrisi. Peneliti mengukur 50 anak dan menemukan rata-rata berat badan 28,07 kg, rata-rata tinggi badan 127,812 cm, dan rata-rata IMT 16,97 yang menempatkan mereka dalam kategori sangat kurus.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat Dan Inovasi Pengembangan Teknologi*, 4(1).
- Charina, M. S., Sagita, S., Kaomesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 23(1), 197-204.

- Desfita, S., Anggraini, F. H., Yolanda, H., Putri, M. N., & Zulriyanti, N. (2023). Penyuluhan Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar Di Sdn 67 Tangerang Selatan Pekanbaru: Penyuluhan Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar Di SDN 67 Tangkerang Selatan Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 3(1), 1-7.
- Fauzan, M. A., Numalasari, Y., & Anggunan. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar. *JKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 105-111.
- Herwawan, J. H., Tomaso, V. Y., Jotley, H., Leutualy, V., & Madiuw, D. (2023). Hubungan Data Demografi Orangtua dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 407-414.
- Indonesia, Peraturan Menteri Kesehatan Republik. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. 2020.
- Indrayanti, N. L. G. A., Putra, P. J., Pratiwi, I. G. A. P. E., & Artana, I. W. D. (2022). Gambaran Status Gizi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 5 Tonja. 151.
- Kruger, H. S., Visser, M., Malan, L., Zandberg, L., Wicks, M., Ricci, C., & Faber, M. (2023). Anthropometric nutritional status of children (0-18 years) in South Africa 1997-2022: a systematic review and meta-analysis. *Public Health Nutrition*, 26(11), 2226-2242.
- Kushargina, R., & Dainy, N. C. (2021). Studi Cross-Sectional: Hubungan Lokasi Sekolah (Pedesaan dan Perkotaan) dengan Status Gizi Murid Sekolah Dasar. *JRG: Jurnal Riset Gizi*, 9(1), 33-37.
- Lestari, D. F., Satriawan, D., Duya, N., Febrianti, E. & Wulansari, S. S. (2023). Penilaian Status Gizi Secara Antropometri Fisik pada Siswa Perempuan di SMPIT Generasi Rabbani Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 4(2), 1360 - 1366.
- Lusiana, E., Suriyani, S., Muaningsih, M., & Pratiwi, R. (2023). Deteksi Dini Stunting Melalui Pengukuran Antropometri pada Anak Usia Balita. *AKM: Aksi Kepada Masyarakat*, 4(1), 277-284.
- Muchtar, F., Rejeki, S. & Hastian. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Jurnal Mandala Nursa*, 4(2), 142-146.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, Anjarsari, I. & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Sentra Cendekia*, 3(2), 47 - 60.
- Nuryanti, A., Setyaningsih, R., Suyanto, S., & Nugroho, R. K. (2023). Pendidikan Kesehatan: Memilih Menu Makanan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Dengan Permainan Tebak