

SURVEI TINGKAT STATUS GIZI PADA SISWA KELAS 1 SD SE-KECAMATAN JAMBANGAN KOTA SURABAYA

Jati Oktawiyanto*, Endang Sri Wahjuni

S1-Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,

Universitas Negeri Surabaya

*jatioktawiyanto@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Gizi merupakan suatu proses organisme dari makanan yang dikonsumsi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, fungsi normal organ-organ tubuh, serta menghasilkan energi. Penentuan survei status gizi di Indonesia berdasarkan keputusan menteri kesehatan tahun 2010 menggunakan Indeks Masa Tubuh/Umur (IMT/U), dengan begitu pengukuran tingkat status gizi ini difokuskan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan anak yang nantinya dihitung menggunakan rumus IMT. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat status gizi siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya yang berjumlah 360 dari 7 sekolah dasar (SD). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pengukuran tinggi badan, pengukuran berat badan dan umur sebagai alat untuk pengumpulan data. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah perhitungan standar deviasi dan perhitungan rata-rata (mean). Hasil penelitian ini berupa: (1) Rata-rata tinggi badan siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya sebesar 120,2 cm dengan standar deviasi sebesar 6,5. (2) Rata-rata berat badan siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya sebesar 23,3kg dengan standar deviasi sebesar 6,5. (3) Rata-rata IMT siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya sebesar 15,9 dengan standar deviasi sebesar 3,4. (4) Persentase status gizi siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan kota Surabaya dengan kategori gizi sangat kurus sebanyak 4% (15 siswa); kategori gizi kurus sebanyak 8% (29 siswa); kategori gizi normal sebanyak 66% (237 siswa); kategori gizi gemuk sebanyak 7% (24 siswa) dan kategori gizi obesitas sebanyak 15% (55 siswa).

Kata Kunci : Kelas 1 SD, Status gizi.

Abstract

Nutrition is a food-organisms which is needed by human to maintain life, normalize body functions, and produce energy. Nutritional status can be determined by Body/Age Index (BMI/U). Thus, level of nutritional status measurement focuses on measuring the child's height and weight by BMI formula. The purpose of this study is to find the nutritional status level of first grader elementary school students in Jambangan sub-district in Surabaya. The population of this study were 360 students of first grader elementary school students from 7 different elementary schools in Jambangan sub-district, Surabaya. Descriptive quantitative method was used in this study. The data collection techniques in this study were height, body weight and age measurements. The data analysis techniques in this study were the standard deviation calculation and mean. This study found that (1) the average height of first grader elementary school students in the Jambangan sub-district of Surabaya was 120.2 cm with a standard deviation 6.5; (2) the average body weight of first grader elementary school students in the Jambangan sub-district of Surabaya was 23.3 kg with a standard deviation 6.5; (3) the average BMI of first grader elementary school students in the Jambangan sub-district of Surabaya is 15.9 with a standard deviation 3.4; (4) the percentages of nutritional status level of the first grader elementary school students in Jambangan sub-district, Surabaya city are 8% (29 students) for too underweight nutrition category, 4% (15 students) for underweight nutrition category, 66% (237 students) for normal nutrition category, 7% (24 students) for overweight nutrition category, and 15% (55 students) for obese nutrition category.

Keywords: First grader, Nutritional status level.

PENDAHULUAN

Indonesia menempati Indeks Pembangunan Manusia yang rendah salah satu faktor yang mempengaruhi adalah buruknya kondisi status gizi dan kesehatan penduduk Indonesia dimana Indonesia berada pada urutan 121 dari 187 negara, hal tersebut berdasarkan peringkat Human Development Index (Human Development Report, 2013). Berdasarkan data Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013, status gizi anak usia sekolah (5-12 tahun) di Indonesia memperlihatkan prevalensi nasional status gizi sangat kurus sebesar 4,4% (laki-laki) dan 3,5% (perempuan), status gizi kurus sebesar 7,7% (laki-laki) dan 6,7% (perempuan), status gizi gemuk sebesar 10,8% (laki-laki) dan 10,7% (perempuan), serta status gizi obesitas sebesar 9,7% (laki-laki) dan 6,6% (perempuan). Gizi merupakan suatu proses organisme dari makanan yang dikonsumsi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, fungsi normal organ-organ tubuh, serta menghasilkan energi (Supriasa, Bakri, & Fajar, 2016:20).

Ukuran dalam mencukupi asupan gizi ini dapat diukur pada tingkat status gizinya apakah sudah baik, buruk, ataupun berlebihan. Status gizi merupakan suatu kondisi tubuh sebagai dampak dari makanan dan zat gizi yang dikonsumsi. Status gizi dibedakan menjadi status gizi kurang, baik dan lebih (Almatsier, 2009:3). Status gizi dapat dinilai menggunakan 2 cara penilaian yaitu penilaian status gizi secara langsung dan tidak langsung. Penilaian status gizi secara langsung dibagi menjadi 4 penilaian yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik, sedangkan penilaian status gizi secara tidak langsung dibagi menjadi 3 penilaian yaitu survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi (Supriasa, Bakri, & Fajar, 2016:24).

Berdasarkan keputusan menteri kesehatan tahun 2010, penentuan survei status gizi di Indonesia menggunakan Indeks Masa Tubuh / Umur (IMT/U). Oleh karena itu, pengukuran tingkat status gizi ini difokuskan mengukur tinggi dan berat badan anak yang nantinya dihitung menggunakan rumus IMT. Status gizi anak juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah peran orang tua dalam memperhatikan asupan gizi anaknya. Di jaman sekarang banyak dari orang tua yang lebih memilih memberikan uang saku daripada membuatkan bekal makanan untuk anaknya yang sedang sekolah, sehingga anaknya bebas membeli apapun yang diinginkan dengan uang saku tersebut.

Di lingkungan sekolah dasar (SD) Kecamatan Jambangan terdapat banyak pedagang asongan yang berjualan, sehingga banyak anak sekolah jajan sembarangan yang belum terjamin kebersihannya.

Kurangnya pengawasan dari pihak orang tua maupun sekolah membuat anak tidak bisa menjaga pola makan yang seimbang, sehingga membuat anak mengalami kurang gizi. Pengukuran tinggi badan dan berat badan yang dilakukan di sekolah dasar (SD) se-Kecamatan Jambangan hanya untuk data administrasi yang diminta oleh Dinas Pendidikan kota Surabaya untuk mengisi profil sekolah dan tidak ada tindak lanjut untuk menghitung tingkat status gizi siswa-siswinya.

Anak-anak tingkat sekolah dasar (SD) merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami kurang gizi penyebabnya diantara lain ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Kekurangan asupan gizi pada usia dini bisa berdampak buruk pada perkembangan kognitif dan fisik (Hetherington dkk, 2017). Maka dari itu perlu pengukuran dan pendampingan secara berkelanjutan untuk memastikan asupan gizi yang cukup pada anak (Manda dkk, 2016). Hal ini penting, karena pada usia inilah perkembangan maksimal anak terjadi (Adhe dkk, 2018). Pola makan yang seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik pada anak sekolah (Anzarkusuma dkk, 2014).

Siswa kelas 1 SD sesuai untuk diteliti karena pola makan siswa kelas 1 SD sepenuhnya masih diatur oleh orang tuanya masing-masing, serta kelas 1 SD merupakan masa transisi dari Taman Kanak-Kanak (TK) yang memiliki rasa penasaran yang tinggi sehingga jajan yang dilihatnya pasti akan diminta atau dibeli, namun itu semua tergantung kepada orang tua mereka masing-masing untuk mengatur gizi, pola makan, dan pertumbuhan mereka. Berdasarkan uraian di atas, orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam tumben kembang anak. Oleh karena itu, penulis hendak melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat status gizi pada siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan Kota Surabaya.

METODE

Jenis Penelitian ini adalah survei dengan metode kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015), metode penelitian kuantitatif adalah penelitian yang data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Desain penelitian yang dipakai oleh peneliti merupakan desain penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SD se-Kecamatan Jambangan Kota Surabaya. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 1 SD se-kecamatan Jambangan Kota Surabaya dengan jumlah 360 siswa dari 7 sekolah dasar (SD). Instrumen yang digunakan dalam penentuan status gizi adalah IMT/U dimana siswa diukur tinggi badan dan berat badan serta pendataan umur. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Persentase
 2. Standar Deviasi
 3. Rata-rata
- (Maksum:2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian disajikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut:

Tabel 1. Data Rata-Rata, Standar Deviasi, Tinggi Badan, Berat Badan, dan IMT

	TB	BB	IMT
Rata-rata	120,2	23,2	15,9
SD	6,5	6,5	3,4

Dari tabel 1 di atas dapat diketahui nilai rata-rata tinggi badan siswa adalah 120,2 cm dan standar deviasi 6,5 cm, nilai rata-rata berat badan 23,2 kg dan standar deviasi 6,5 kg, serta nilai rata-rata IMT 15,9 dan standar deviasi 3,4.

Tabel 2. Data jumlah dan persentase status gizi

Status Gizi	Jumlah	Persentase
Sangat Kurus	15	4%
Kurus	29	8%
Normal	237	66%
Gemuk	24	7%
Obesitas	55	15%
Total	360	100%

Dari tabel 2 di atas dapat dijabarkan persentase siswa dengan kategori gizi sangat kurus sebanyak 15 siswa (4%), kurus sebanyak 29 siswa (8%), normal sebanyak 237 siswa (66%), gemuk sebanyak 24 siswa (7%), dan obesitas sebanyak 55 siswa (15%).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, status gizi anak usia sekolah (5-12 tahun) di Indonesia memperlihatkan prevalensi nasional status gizi sangat kurus sebesar 4,4% (laki-laki) dan 3,5% (perempuan), status gizi kurus sebesar 7,7% (laki-laki) dan 6,7% (perempuan), status gizi gemuk sebesar 10,8% (laki-laki) dan 10,7% (perempuan), serta status gizi obesitas sebesar 9,7% (laki-laki) dan 6,6% (perempuan). Jika di dibandingkan antara data status gizi siswa kelas 1 SD se-Kecamatan Jambangan Kota Surabaya dengan data Riskesdas tahun 2013 memperlihatkan status gizi obesitas anak kelas 1 SD di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya sangat besar, hal ini perlu diperhatikan bagi para orang tua untuk lebih memperhatikan asupan gizi untuk anak-anaknya, dan guru PJOK agar memberikan pengetahuan tentang makanan apa saja yang baik untuk dikonsumsi oleh anak-anak dan aktivitas jasmani yang mampu

menjaga kesehatan dan menjaga tubuh ideal bagi para siswa-siswinya.

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan, dapat diambil kesimpulan bahwa gambaran tingkat status gizi seluruh siswa kelas 1 SD di Kecamatan Jambangan Kota Surabaya sangat memprihatinkan dari 360 siswa berstatus gizi sangat kurus sebanyak 15 siswa (4%), kurus sebanyak 29 siswa (8%) normal sebanyak 237 siswa (66%), gemuk sebanyak 24 siswa (7%) dan obesitas sebanyak 55 siswa (15%), dari data tersebut terlihat bahwa jumlah persentase status gizi obesitas sangat besar.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, dapat diuraikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Walaupun jumlah persentase status gizi normal lebih besar, namun jumlah persentase status gizi obesitas tergolong sangat besar, untuk itu perlu ditingkatkan lagi pengetahuan tentang asupan gizi dan kondisi gizi yang baik agar para siswa memiliki kondisi gizi yang baik.
2. Disarankan juga untuk sekolah agar lebih intens memberitahu orang tua siswa perihal gizi anak.
3. Untuk guru PJOK agar memberikan pengetahuan tentang makanan apa saja yang baik untuk dikonsumsi oleh anak-anak dan aktivitas jasmani yang mampu menjaga kesehatan dan menjaga tubuh ideal bagi para siswa-siswinya

DAFTAR PUSTAKA

- Adhe, K. R., Al Ardha, M. A., Yang, C.-B., Khory, F., Harianto, T., & Putra, K. (2018). The Implementation of Physical Fitness Learning Module in Kindergarten. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. Vol. 173: Hal 156–158. <https://doi.org/10.2991/icei-17.2018.41>
- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta:Gramedia Pustaka Utama.
- Anzarkusuma, I.S., Mulyani, E.Y., Jus'at, I., & Angkasa, D. 2014. Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang. *Tangerang: Indonesian Journal of Human Nutrition*, Vol. 1 No. 2 : 135-148
- Hetherington, J. B., Wiethoelter, A. K., Negin, J., & Mor, S. M. (2017). Livestock ownership, animal source foods and child nutritional outcomes in seven rural village clusters in Sub-Saharan Africa. *Agriculture & Food Security*, 6(1), 9. <https://doi.org/10.1186/s40066-016-0079-z>

- Human Development Report. 2013. Human Development Index Value and Rank Change 2013. New York: United Nation Development Programme.
- Manda, J., Gardebroek, C., Khonje, M. G., Alene, A. D., Mutenje, M., & Kassie, M. (2016). Determinants of child nutritional status in the eastern province of Zambia: the role of improved maize varieties. *Food Security*, 8(1), 239–253. <https://doi.org/10.1007/s12571-015-0541-y>
- Maksum, Ali. 2018. Statistik Dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Riskesdas Badan Litbangkes. 2013. Jakarta: Kemenkes RI.
- Sugiyono. 2015. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Supariasa, I D. N., Bakri, B., & Fajar, I. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC

