

Pengukuran Status Gizi Anak Usia Sekolah menggunakan Indeks Massa Tubuh di Kabupaten Takalar

Measuring the Nutritional Status of School Age Children Using Body Mass Index in Takalar Regency

Hamka¹, Sumarmi^{2*}, Patmawati³, Dewiyanti⁴, Dina Oktaviana⁵, Suardi⁶, Ernawati⁷, Anita Kartini⁸

^{1,2,3,4,5}Prodi S1 Keperawatan STIKes Tanawali Takalar, Indonesia

⁶Prodi S-2 Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

^{7,8}Prodi D-3 Kebidanan STIKes Tanawali Takalar, Indonesia

Korespondensi penulis: sumarmi@stikestanawali.ac.id*

Article History:

Received: September 19, 2024;

Revised: September 20, 2024;

Accepted: September 21, 2024;

Available online at : September 22, 2024;

Published: Desember 30, 2024;

Keywords: Nutrition, Body Mass Index, School-Age Children

Abstract: School-age children are a group vulnerable to nutritional problems. Their nutritional status is crucial as it affects cognitive abilities and health. Therefore, measuring nutritional status becomes a necessary preventive step. This activity was carried out on September 18, 2024, with the aim of measuring and assessing the nutritional status of elementary school children using anthropometric methods to measure weight and height, and evaluating nutritional status based on BMI-for-age. The event was successful, with active participation from the students of SDN Centre Number 1 Pattalassang, Kab. Takalar, and received appreciation from the school. The results showed that 2 children were obese, 1 child was undernourished, and 32 children had a good nutritional status. Regular assessments and intervention from relevant agencies are highly needed.

Abstrak

Anak usia sekolah termasuk kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Status gizi mereka sangat penting karena berpengaruh pada kemampuan kognitif dan kesehatan. Oleh karena itu, pengukuran status gizi menjadi langkah pencegahan yang perlu dilakukan. Kegiatan ini dilaksanakan pada 18 September 2024 dengan tujuan mengukur dan menilai status gizi anak SD menggunakan metode antropometri untuk mengukur berat dan tinggi badan, serta menilai status gizi berdasarkan IMT/U. Kegiatan ini sukses dengan partisipasi aktif dari siswa SDN Centre No. 1 Pattalassang, Kab. Takalar, dan mendapat apresiasi dari pihak sekolah. Hasilnya menunjukkan 2 anak mengalami obesitas, 1 anak memiliki gizi kurang, dan 32 anak dengan status gizi baik. Pengukuran secara berkala dan intervensi dari instansi terkait sangat diperlukan.

Kata Kunci: Gizi, Indeks Massa Tubuh, Anak Usia Sekolah

1. PENDAHULUAN

Status gizi pada anak usia sekolah sangat penting karena berpengaruh pada kesehatan dan kemampuan kognitif mereka, namun anak-anak dalam rentang usia ini rentan terhadap masalah gizi (Sari, E. 2017). Anak usia sekolah merupakan generasi penerus pembangunan bangsa, sehingga kualitas sumber daya manusia masa depan tercermin dari kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas mereka. Kualitas ini dipengaruhi oleh pertumbuhan dan perkembangan anak, yang sangat ditentukan oleh asupan gizi baik dari segi jumlah maupun kualitas. Karena itu, perhatian terhadap gizi anak usia sekolah

sangat penting karena mereka termasuk kelompok yang rentan terhadap masalah gizi (Nuzrina et al., 2016). Selain itu, pada masa ini juga terjadi perkembangan motorik dan emosional yang penting dalam membentuk kepribadian dan kepercayaan diri, serta pembentukan fungsi tubuh dan mental (Pangaribuan et al., 2022).

Pemenuhan zat gizi merupakan faktor yang mendukung perkembangan manusia dan erat kaitannya dengan tingkat kecerdasan, keterampilan serta pertumbuhan. Zat gizi harus dikonsumsi dengan tepat dan sesuai kebutuhan agar dapat berfungsi dalam tubuh. Fungsi zat gizi dari makanan yang dikonsumsi adalah sumber energi, sebagai zat pembangun dan pemeliharaan sel dan jaringan tubuh (Santoso & Wahjuni, 2022). Pemenuhan zat gizi memegang peranan penting bagi anak usia sekolah karena kecukupan zat gizi dapat mendukung pencapaian potensi anak usia sekolah berupa pertumbuhan, perkembangan dan derajat kesehatan (Kushargina & Dainy, 2021).

Pemenuhan gizi adalah faktor penting yang mendukung perkembangan manusia dan berkaitan erat dengan kecerdasan, keterampilan, serta pertumbuhan. Zat gizi perlu dikonsumsi secara tepat dan sesuai kebutuhan agar dapat berfungsi optimal dalam tubuh. Zat gizi yang diperoleh dari makanan berperan sebagai sumber energi, zat pembangun, serta untuk memelihara sel dan jaringan tubuh (Santoso & Wahjuni, 2022). Kecukupan gizi sangat penting bagi anak usia sekolah, karena dapat mendukung potensi mereka dalam hal pertumbuhan, perkembangan, dan tingkat kesehatan (Kushargina & Dainy, 2021).

Status gizi menggambarkan kondisi tubuh seseorang sebagai hasil dari konsumsi pangan dan pemanfaatan zat gizi dalam tubuh (Budiman et al., 2021). Status gizi dapat memengaruhi masalah gizi, yang bisa terjadi pada semua kelompok usia (Mughtar et al., 2022). Pencapaian status gizi optimal ditentukan oleh asupan makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, produktivitas, serta kesehatan (Septiawati et al., 2021).

Anak usia sekolah, yaitu kelompok usia 6 hingga 12 tahun yang memasuki masa pubertas, termasuk kelompok rentan terhadap masalah gizi. Meski status gizi mereka umumnya lebih baik dibandingkan balita, data menunjukkan masih ada kasus gizi bermasalah. Berdasarkan RISKESDAS 2018, prevalensi masalah gizi pada anak usia 5-12 tahun berdasarkan indeks massa tubuh/umur adalah 9,3% kurus, dengan rincian 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Sementara itu, prevalensi gizi lebih adalah 20,6%, dengan 11,1% gemuk dan 9,5% obesitas. Selain itu, prevalensi anak pendek sebesar 23,6%, dengan 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Hasrul et al., 2020).

Perhatian terhadap status gizi anak usia sekolah sangat penting karena pada masa ini terjadi peningkatan berat dan tinggi badan. Kecukupan gizi diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Status gizi yang baik berpengaruh terhadap kecerdasan, kesehatan, kekebalan tubuh, produktivitas, serta mencegah risiko penyakit kronis dan kematian dini (Zuhriyah & Indrawati, 2021). Oleh karena itu, penting untuk melakukan penilaian status gizi anak sekolah sebagai langkah untuk mendeteksi masalah gizi di masyarakat (Sari, 2017).

Pengukuran status gizi anak usia sekolah dilakukan untuk memantau kondisi mereka, sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi dan risiko penyakit yang dapat memengaruhi kesehatan di masa depan. Sebagai bagian dari kegiatan pengabdian masyarakat, dilakukan pengukuran dan penilaian status gizi anak sekolah di SDN Centre No. 1 Pattallassang, Kab. Takalar.

2. METODE

Pengabdian dilakukan dalam tiga tahap: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, seperti yang ditunjukkan pada Bagan 1. Waktu pelaksanaan pengabdian dijadwalkan pada Rabu, 18 September 2024, pukul 08.00-10.00 WITA. Durasi dua jam dianggap cukup untuk penyampaian materi dan sesi tanya jawab. Peserta kegiatan ini adalah murid dan wali murid dari SDN Centre No. 1 Pattallassang, Kab. Takalar, dengan narasumber dosen dari bidang Keperawatan dan Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Tanawali Takalar, yang juga bertindak sebagai pelaksana pengabdian.

Tahap pelaksanaan mencakup pengukuran status gizi, meliputi pengumpulan data demografi seperti nama, jenis kelamin, usia, serta pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan.

Tahap evaluasi dilakukan dengan mengidentifikasi kendala yang mungkin muncul selama kegiatan pengabdian. Hasil evaluasi disampaikan dalam laporan akhir pengabdian dan disertakan dalam naskah publikasi yang akan disusun oleh tim pengabdian.



Gambar 1. Diagram Alur Pelaksanaan Kegiatan

3. HASIL

Pengukuran dan penilaian status gizi pada anak usia sekolah dilakukan untuk mengetahui gambaran status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U), sehingga dapat mencegah serta menangani masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi. Pengabdian ini dilaksanakan melalui pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) menggunakan metode antropometri. Hasil pengukuran kemudian dikelompokkan berdasarkan status gizi sesuai nilai cut-off IMT/U, sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Pengukuran status gizi ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dengan melibatkan 35 siswa kelas IV SDN Centre No. 1 Pattallassang, Kab. Takalar. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan lancar dan diikuti dengan antusias oleh para peserta.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Anak Sekolah Kelas IV di SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar

No	Jenis Kelamin	N	%
1	Laki-laki	11	31,43
2	Perempuan	24	68,57
Total		35	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel tersebut, dari 35 partisipan perempuan yaitu 24 orang (68,57%) dan laki laki 11 orang (31,43%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Anak Sekolah Kelas IV di SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar.

No	Umur	N	%
1	9 Tahun	8	22,86
2	10 Tahun	27	77,14
Total		35	100

Sumber : Data Primer, 2024

Dari tabel tersebut, partisipasi berumur 10 tahun yaitu 27 orang (77,14%) dan berumur 9 tahun yaitu 8 orang (22,86%)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Penilaian Status Gizi Anak Usia Sekolah Kelas IV di SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar.

No	Status Gizi	N	%
1	Baik	32	91,43
2	Kurang	1	2,86
3	Obesitas	2	5,71
Total		35	100

Sumber : Data Primer, 2024

Dari tabel tersebut menunjukkan bahwa gizi baik sejumlah 32 orang (91,43%), dan yang mengalami obesitas yaitu 2 orang (5,71%) dan gizi kurang yaitu 1 orang (2,86%)



Gambar 2. Kegiatan pengukuran berat badan dan pengukuran tinggi badan siswa kelas IV SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar.



Gambar 3. Kegiatan pengukuran lingkaran lengan (LILA) dan foto bersama siswa kelas IV SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar dengan pengabdian.

4. DISKUSI

Secara umum, anak usia sekolah termasuk kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Penyebab utama masalah gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi. Asupan makanan, sebagai faktor langsung, mencerminkan kecukupan zat gizi yang dibutuhkan tubuh dan dapat dinilai melalui status gizi. Menurut Charina et al. (2022), ketidakseimbangan asupan zat gizi dapat memengaruhi proses metabolisme tubuh, yang kemudian terlihat pada status gizi. Status gizi berdampak berbeda terhadap risiko penyakit, di mana gizi buruk meningkatkan risiko penyakit infeksi, sedangkan gizi berlebih dan obesitas meningkatkan risiko penyakit degeneratif (Charina et al., 2022).

Masalah gizi pada anak tetap menjadi tantangan di Indonesia, dengan bentuk umum berupa kekurangan dan kelebihan gizi. Anak usia sekolah membutuhkan asupan zat gizi makro dan mikro untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, energi, kemampuan berpikir, aktivitas fisik, serta menjaga daya tahan tubuh. Anak usia 10-12 tahun memerlukan lebih banyak energi dibandingkan anak usia 7-9 tahun (Fauzan et al., 2021).

Penilaian status gizi diperlukan untuk memahami kondisi gizi anak usia sekolah, sehingga dapat diidentifikasi masalah gizi dan intervensi yang tepat. Pada usia ini, anak-anak membutuhkan lebih banyak energi karena memiliki berbagai aktivitas di sekolah dan di luar sekolah (Rahmawati & Marfuah, 2016).

5. KESIMPULAN

Hasil pengukuran status gizi anak sekolah berdasarkan indeks massa tubuh (IMT/U) menunjukkan 2 anak sekolah kelebihan berat badan, 1 anak sekolah gizi kurang, dan 32 anak sekolah cukup gizi. . Oleh karena itu, perlu dilakukan pemantauan rutin terhadap kebiasaan makan anak sekolah dan memberikan pendidikan gizi untuk mencegah terjadinya permasalahan gizi pada anak sekolah.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih yang sebesar- besarnya pengabdian disampaikan kepada LPPM STIKes Tanawali Takalar dan LPPM Universitas Negeri Gorontalo yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini. Ucapan terimakasih tidak lupa pengabdian disampaikan juga kepada para guru dan wali murid SDN Centre No. 1 Pattallassang Kab. Takalar yang telah mengikuti pengabdian dari awal sampai akhir.

DAFTAR REFERENSI

- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). Edukasi gizi seimbang pada anak-anak di Desa Bawuran Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal PASOPATI*, 4(1), 65–70.
- Budiman, L. A., Rosiyana, Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Alya Rizqina, H., Kasim, I. S. N. I., & Korwa, V. M. I. (2021). Analisis status gizi menggunakan pengukuran indeks massa tubuh dan beban kerja dengan metode 10 denyut pada tenaga kesehatan. *NUTRIZONE (Nutrition Research and Development Journal)*, 1(1), 6–15.
- 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.

- Fauzan, M. A., Numalasari, Y., & Anggunan. (2021). Hubungan status gizi dengan prestasi belajar. *JIKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 105–111.
- Hasrul, Hamzah, & Hafid, A. (2020). Pengaruh pola asuh terhadap status gizi anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 792–797. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.403>
- 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.
- Muchtar, F., Effendy, D. S., Lestari, H., & Bahar, H. (2022). Pengukuran status gizi remaja putri sebagai upaya pencegahan masalah gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Abdi Masyarakat*, 4(1), 43–48.
- Nuzrina, R., Melani, V., & Ronitawati, P. (2016). Penilaian status gizi anak sekolah dasar Duri Kepa 11 menggunakan indeks tinggi badan menurut umur dan indeks massa tubuh menurut umur. *Jurnal Abdimas*, 3(1), 62–67.
- Pangaribuan, H., Supriadi, Arifuddin, Supetran, I. W., Patompo, F. D., & Lenny. (2022). Edukasi tumbuh kembang anak usia sekolah dan pelaksanaan kelompok terapeutik di SD Pesantren Hidayatullah Tondo: (Laporan kegiatan pengabdian masyarakat). *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(1), 52–67.
- Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2016). Gambaran status gizi pada anak sekolah dasar. *PROFESI*, 14(1), 72–76.
- Santoso, R. D., & Wahjuni, E. S. (2022). Survei status gizi siswa kelas II SD Negeri se-Kecamatan Labang. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 191–197.
- Sari, E. (2017). Status gizi balita di Posyandu Mawar Kelurahan Darmokali Surabaya. *Jurnal Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surabaya*, 6(1), 1–6.
- Septiawati, D., Indriani, Y., & Zuraida, R. (2021). Tingkat konsumsi energi dan protein dengan status gizi balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 598–604.
- Yulianti, M. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi COVID-19. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(1), 1–10.
- Zuhriyah, A., & Indrawati, V. (2021). Konsumsi energi, protein, aktivitas fisik, pengetahuan gizi dengan status gizi siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 45–52.