



SURVEI TINGKAT STATUS GIZI MURID SDN 43 BONTOPEDDA SINJAI SELATAN KABUPATEN SINJAI

M. Adam Mappaompo¹, Andi Atssam Mappanyukki², Iskandar³, Johanis⁴

^{1,2,3,4} Universitas Negeri Makassar

(m.adam.mappaompo@unm.ac.id . HP. 081242463804)

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima Juni 2022

Disetujui Juni 2022

Dipublikasikan Juni 2022

Keywords:

Gizi, IMT, Sinjai, Anak,

Tinggi Badan, Berat

Badan

Abstrak

Masalah gizi telah menjadi problem bagi semua kalangan dan berdampak pada setiap lini kehidupan manusia sehingga selalu menjadi kajian yang menarik untuk di ulas. Penelitian ini adalah penelitian analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui tingkat status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai. Sampel penelitian terdiri dari 30 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan tes tinggi dan berat badan. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dan menerapkan teknik indeks massa tubuh (IMT) sebagai penentu status gizi anak. Berdasarkan hasil data dan pembahasan dari penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa Tingkat Status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai berada pada kriteria Normal.

Abstract

Nutritional problems have become a problem for all circles and have an impact on every line of human life so that it is always an interesting study to review. This research is a descriptive analysis research that aims to determine the level of nutritional status of students at SDN 43 Bontopedda South Sinjai, Sinjai Regency. The research sample consisted of 30 people. Data collection techniques using height and weight tests. The data analysis technique used is descriptive statistics and applies the body mass index (BMI) technique as a determinant of the nutritional status of children. Based on the results of the data and discussion of this study, it can be concluded that the level of nutritional status of students at SDN 43 Bontopedda South Sinjai, Sinjai Regency is in the Normal criteria

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang berhubungan dengan makanan sangat berpengaruh dalam pertumbuhan dan perkembangan bagi anak. Ada enam macam zat gizi, yaitu: karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin dan air (Latifah, 2019). Kekurangan zat gizi tersebut dapat berpengaruh antara lain terhadap daya tahan, daya kerja tubuh, pertumbuhan jasmani dan mental. Kebutuhan gizi dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi makanan yang baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya.

Anak yang sudah mulai belajar di sekolah sangat memerlukan asupan makanan yang cukup untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik saat di kelas atau di lapangan. Di SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan juga sudah tersedia kantin untuk memenuhi kebutuhan makanan bagi siswa-siswinya tetapi di sekolah ini juga banyak pedagang-pedagang yang berdatangan dari luar sekolah, adapun makanan yang di jual antara lain: siomay, sosis, es lilin, gorengan, dan makanan ringan bungkus.

Jajanan yang di sajikan belum tentu semuanya sehat dan banyak mengandung gizi untuk memenuhi pertumbuhan dan perkembangan anak, karena masih banyak jajanan yang menggunakan zat pewarna yang mengandung zat-zat makanan yang tidak berguna.

Pada umumnya, anak sekolah tidak sibuk dengan aktifitas di sekolahnya. Untuk menjaga staminanya, anak perlu ditunjang

dengan pangan dan gizi yang cukup dan berkualitas. Penyebab terjadinya gizi kurang adalah ketidakcukupan zat gizi dalam tubuh apabila dibiarkan akan terjadi faali dan metabolisme.

Kondisi yang terjadi sekarang di SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan dalam pemenuhan standar gizi yang mencakup empat sehat lima sempurna belum semuanya dapat terlaksana. Hal ini terlihat dalam keseharian siswa. Ada siswa yang tidak sempat untuk makan pagi karena berbagai keadaan, diantaranya banyak orang tua siswa yang berprofesi sebagai petani dan buruh bangunan sehingga dengan keterbatasan ekonomi tidak mampu mencukupi kebutuhan sehari-hari terutama untuk makan. Namun ada pula siswa yang setiap pagi sudah disediakan sarapan untuk berangkat ke sekolah walaupun asupan gizi yang didapat tidak seimbang dengan kebutuhan kalori yang dikeluarkan.

Kondisi tersebut membuat siswa dalam melakukan segala kegiatan di sekolah baik dalam belajar maupun kegiatan yang lainnya banyak yang mengalami kendala diantaranya, siswa merasa cepat lelah, kurang konsentrasi (Adrianto & Ningrum, 2010).

Begitu pula untuk kegiatan pendidikan jasmani, anak dituntut untuk melakukan berbagai macam gerak yang berguna untuk peningkatan kebugaran jasmaninya jelas terganggu. Hal tersebut terlihat dalam praktek penjas yang terjadi di

SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan banyak anak dalam melakukan praktek pendidikan jasmani dengan kondisi kurang asupan gizi yang seimbang akan terlihat cepat lelah, kurang semangat, dan kadang meminta ijin untuk sekedar berteduh atau meminta ijin untuk ke kamar mandi.

Peran guru penjas dalam hal ini juga sangat penting karena terlibat langsung dalam proses pembelajaran yang diselenggarakan disekolah. Keberhasilan program pembelajaran penjas disekolah tentunya harus didukung oleh beberapa faktor, seperti tersedianya alat dan fasilitas yang memadai. Guru penjas harus mengetahui tentang keadaan kebugaran jasmani siswa, baik secara individu maupun secara menyeluruh. Pengetahuan ini berguna untuk menentukan aktifitas jasmani apa yang akan diberikan dan berapa intensitas aktifitas jasmani tersebut dalam setiap pelajaran.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang pada pelaksanaannya berupa aktivitas jasmani terutama olahraga, dan mata pelajaran penjas dimana materi pembelajaran tentang gizi juga diharapkan disajikan oleh guru dan semua siswa diharapkan dapat mengetahui pentingnya gizi untuk tubuh.

Selain itu, pemerintah memberikan prioritas yang tinggi pada peningkatan gizi masyarakat, serta pencegahan penyakit dalam rangka meningkatkan sumber daya

manusia dan kehidupannya. Upaya yang cukup penting dalam meningkatkan sumber daya manusia adalah peningkatan status gizi masyarakat, karena status gizi adalah salah satu faktor yang mencantumkan kualitas hidup seseorang.

Kualitas sumber daya manusia yang sehat akan menentukan kualitas kehidupan seseorang. Kualitas sumber daya manusia salah satunya ditentukan oleh tingkat kesegaran jasmani yang baik dan gizi yang baik pula, tingkat kesegaran jasmani dan gizi akan berpengaruh dalam melakukan segala aktifitas kehidupan sehari-hari. Dengan demikian pencapaian kualitas sumber daya manusia dapat dicapai melalui

Kebugaran jasmani selain dipengaruhi oleh aktifitas, juga dapat didukung oleh asupan makanan sehat dan bergizi (Ferida, 2021). Berdasarkan rumusan tersebut dapat diasumsikan bahwa siswa yang mendapatkan asupan gizi yang seimbang, proposional cenderung akan memiliki tingkat status gizi yang baik (Mexitalia et al., 2012).

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan observasional (Arifin, 2020; Arikunto, 2006).

Populasi

Jumlah populasi dalam penelitian yang dilakukan adalah sebanyak 180 orang. Melihat banyaknya populasi sehingga teknik

pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan mekanisme *random sampling* (Sugyono 2018). Teknik pengambilan sampling yang dilakukan menjadikan sampel dalam penelitian sebanyak 30 orang.

Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data dilakukan dengan teknik pengukuran indeks massa tubuh (IMT) yang terdiri dari 2 jenis pengukuran yaitu pengukuran tinggi badan dan berat badan (Abduh et al., 2020)

Analisis Data

Data yang terkumpul kemudian dilakukan uji analisis deskriptif, selian itu juga melakukan analisis terhadap status gizi sampel dengan menggunakan rumus *Indeks Massa Tubuh* (IMT) (Abduh et al., 2020; Mexitalia et al., 2012) sehingga dapat melihat gambaran secara umum tentang status gizi sampel.

HASIL

1. Deskripsi Data

Hasil penelitian, diperoleh gambaran tentang umur dan jenis kelamin dapat dilihat pada table 1 secara lengkap. Karakteristik responden yang apabila di tinjau dari aspek umur, responden paling banyak berumur pada rentang 10 – 11 tahun atau sebanyak 43% dari keseluruhan dari jumlah sampel selebihnya berada pada rentang 8-9 tahun maupun 12 – 13 tahun.

2. Deskripsi hasil pengukuran tinggi dan berat badan sampel

Dari data yang telah didapatkan selanjutnya dilakukan analisis deskriptif terhadap data tinggi badan dan berat badan dari hasil pengukuran ditemukan bahwa tinggi badan minimum sampel dari 30 siswa setinggi 125 cm sedangkan yang paling tinggi setinggi 149 cm dengan rata-rata tinggi badan secara keseluruhan 139,50 cm.

Sedangkan berat badan dari 30 sampel yang paling berat seberat 42 kg dan sampel dengan berat badan paling rendah seberat 25 kg dengan berat rata-rata keseluruhan sampel yaitu 34,77 kg.

3. Hasil Analisis Deskriptif Status Gizi

Setelah dilakukan klasifikasi dengan mengadopsi rumus Indeks Massa Tubuh (IMT) kemudian dilakukan analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran data secara umum. Dari hasil analisis ditemukan bahwa Nilai rata-rata yaitu (mean) 1,277 poin, standar of mean 0.019 poin, standar deviasi 0,104 poin nilai varian 0.011 poin, nilai range 0.551 poin, nilai terendah (minimum) 1.005 poin, nilai tertinggi (maksimum) yaitu 1.555 poin.

4. Interpretasi Data Kategori Gizi Sampel Secara Umum Berdasarkan Norma Indeks Status Gizi

Setelah dilakukan analisis data, maka status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai dapat diverifikasi menggunakan norma indeks status gizi. Adapun distribusi hasil verifikasi kategori status gizi murid SDN 43

Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai dari 30 data murid, menunjukkan bahwa yang termasuk kelompok kategori “sangat tinggi” = 1 orang (3.3%), kategori “tinggi” = 5 orang (16.7%), kategori “Diatas sedang” = 13 orang (43.3%), kategori “ Rendah sedang” = 6 orang (20.0%), kategori “ Rendah” = 3 orang (10,0%) dan kategori “ sangat rendah” = 2 orang (6,7%).

5. Interpretasi Data Status Gizi Berdasarkan Gender

Pada table 5 status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai diketahui bahwa status gizi murid laki-laki yang termasuk kelompok kategori “sangat tinggi” = 1 orang (4.5%), kategori “tinggi” = 4 orang (18.2%), kategori “Diatas sedang” = 8 orang (36.4%), kategori “ Rendah sedang” = 4 orang (18.2%), kategori “ Rendah” = 3 orang (13,6%) dan kategori “ sangat rendah” = 2 orang (9,1%).

Sedangkan pada sampel perempuan yang termasuk kelompok kategori “sangat tinggi” = 0 orang (0.0%), kategori “tinggi” = 1 orang (12.5%), kategori “Diatas sedang” = 5 orang (62.5%), kategori “ Rendah sedang” = 2 orang (25.0%), kategori “ Rendah” = 0 orang (0,0%) dan kategori “ sangat rendah.”

gizi seluruh murid yang diteliti, dan dengan memperhatikan jumlah frekuensi dan tinggi nilai persentasenya, maka dapat dikatakan bahwa status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai termasuk dalam kategori “Diatas Sedang”

yaitu 43.3% dengan nilai rata-rata 1,277 kg/cm³

PEMBAHASAN

Pembahasan dari hasil analisis data status gizi yang dilakukan peneliti terhadap 30 orang sampel. Hasil analisis data variabel status gizi setelah dianalisis disimpulkan bahwa status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai adalah “Normal”, dengan rincian bahwa presentase Kategori murid kurus (Kekurangan berat badan tingkat berat) sebanyak 1 murid sebesar 3%, Kategori murid kurus (Kekurangan berat badan tingkat ringan) sebanyak 5 murid sebesar 17%, kategori murid berat badan normal sebanyak 23 murid sebesar 77%, kategori murid gemuk (Kelebihan berat badan tingkat ringan) 0 murid sebesar 0%. kategori murid gemuk (Kelebihan berat badan tingkat berat) 1 murid sebesar 3%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: Kategori status gizi murid SDN 43 Bontopedda Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai berada pada kriteria “Diatas Sedang”. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru dalam melakukan pembinaan dan penyempurnaan status gizi siswa pada sekolah yang menjadi tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, I., Kamarudin, & Lilo, D. K. (2020). Level Aktivitas Fisik dan Status Gizi Siswa SMA Pada Masa Pandemic Covid 19 (Studi Pada Siswa SMANOR Tadulako Kota Palu). *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(2), 226–236. <https://doi.org/10.22487/ghidza:%20ju...>
- Adrianto, E. H., & Ningrum, D. N. A. (2010). Hubungan Antara Tingkat Kesegaran Jasmani Dan Status Gizi Dengan Produktivitas Kerja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 146–150. <https://doi.org/10.15294/kemas.v5i2.1873>
- Arifin, Z. (2020). Metodologi Penelitian Pendidikan. *Jurnal Al-Hikmah*, 1(1). <http://alhikmah.stit-alhikmahwk.ac.id/index.php/aw/article/view/16>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Ferida, P. R. A. (2021). Korelasi Status Gizi Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Anak Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 1(1), 40–44. <https://doi.org/10.15294/active.v1i1.277>
- Latifah, W. (2019). *Analisis Diskriminan Untuk Klasifikasi Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro Pada Makanan* [UIN Suska Riau]. <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/24246>
- Mexitalia, M., Sellina, H., Anam, M. S., Yoshimura, A., Yamauchi, T., Nurkukuh, N., & Hariyana, B. (2012). Perbedaan status gizi, kesegaran jasmani, dan kualitas hidup anak sekolah di pedesaan dan perkotaan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 8(4), 182. <https://doi.org/10.22146/ijcn.18216>
- Sugiyono.(2008). *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung. Penerbit Alfabeta

LAMPIRAN

Tabel 1. Deskripsi Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

Karakteristik responden	Indikator (Rentang Umur dan Gender)	Frekuensi	%
Umur	8 - 9	7	23
	10 - 11	13	43
	12 - 13	10	34
	Jumlah	30	100
Jenis kelamin	Laki-Laki	22	73
	Perempuan	8	2
	Jumlah	30	100

Tabel 2. Deskripsi Hasil Pengukuran Tinggi dan Berat Badan Sampel

Statistik	Tinggi Badan	Berat Badan
N	30	30
Mean	139,50	34,77
Standar Error of mean	1,21	0,85
Standar Deviation	6,61	4,65
Varian	43,71	21,63
Range	24,00	17,00
Minimum	125,00	25,00
Maximum	149,00	42,00

Tabel 3. Hasil Analisis Deskriptif Status Gizi

Statistik	Status Gizi
N	30
Mean	1,277
Standar Error of mean	0,019
Standar Deviation	0,104
Varian	0,011
Range	0,551
Minimum	1,005
Maximum	1,555

Tabel 4. Analisis Distribusi Frekuensi Dan Pengkategorian Status Gizi Sampel

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	1	3.3%
2	Tinggi	5	16.7%
3	Di Atas Sedang	13	43.3%
4	Rendah Sedang	6	20.0%
5	Rendah	3	10.0%
6	Sangat Rendah	2	6.7%
	Jumlah	30	100%

Tabel 5. Interpretasi status gizi apabila ditinjau dari aspek gender/jenis kelamin

No. Kategori	Laki-laki		Perempuan	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1 Sangat Tinggi	1	4.5%	0	0.0%
2 Tinggi	4	18.2%	1	12.5%
3 Di Atas Sedang	8	36.4%	5	62.5%
4 Rendah Sedang	4	18.2%	2	25.0%
5 Rendah	3	13.6%	0	0.0%
6 Sangat Rendah	2	9.1%	0	0.0%
Jumlah	22	100%	8	100%