

## **Pendampingan Pemantauan Pertumbuhan Melalui Pengukuran Status Gizi Anak Sekolah Dasar**

**Mirdayani Pauweni<sup>1</sup>, Aisah R. Pomatahu<sup>2</sup>, Asry Syam<sup>3</sup>, Haerul Ikhsan<sup>4</sup>**

<sup>1234</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

Email: [mirdayani.pauweni@ung.ac.id](mailto:mirdayani.pauweni@ung.ac.id)

### **Abstract**

*Elementary school-age children range in age from 6-12. This age is the second most rapid growth period after toddlerhood. One reference to child growth is physical changes which are also often used as indicators for the nutritional status of individuals and populations. This activity aims to monitor the growth of elementary school children, and help teachers provide secondary data for schools. It was conducted for two weeks at SDN No.37 Gorontalo City. The stages of implementation consisted of: preparation, implementation, results. The target subjects who attended the service activities totaled 35 children. Based on the results, it was found that there were no children with obese nutritional status, and there were 88.57% wasting, and 2.85% fat. Nutritional status data was submitted to the school as secondary data on child growth.*

**Keywords:** *monitoring, measurement, growth, nutritional status, children, elementary school*

### **Abstrak**

Anak usia sekolah dasar memiliki rentang usia sekitar 6-12. Usia ini merupakan masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Salah satu acuan pertumbuhan anak adalah perubahan fisik yang juga sering digunakan sebagai indikator bagi status gizi individu dan populasi. Kegiatan ini bertujuan untuk memantau pertumbuhan anak sekolah dasar, dan membantu guru menyediakan data sekunder bagi sekolah. Dilaksanakan selama dua minggu di SDN No.37 Kota Gorontalo. Tahapan pelaksanaan terdiri dari: persiapan, pelaksanaan, hasil. Subyek sasaran yang hadir pada kegiatan berjumlah 35 anak sekolah dasar. Berdasarkan hasil kegiatan, diketahui tidak ada anak yang berstatus gizi obesitas, dan terdapat 80% anak kurus, 8,57% kurus, dan 2,85% gemuk. Data status gizi diserahkan kepada pihak sekolah sebagai data sekunder pertumbuhan anak.

**Katakunci:** pemantauan, pengukuran, pertumbuhan, status gizi, anak, sekolah dasar

### **A. PENDAHULUAN**

Anak usia sekolah dasar memiliki rentang usia sekitar 6-12. Usia ini merupakan masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Rentang masa ini disebut sebagai *midle childhood*, masa usia yang matang untuk anak-anak belajar (Sabani, 2019). Pada anak-anak usia sekolah (6-12 tahun) laju dan kecepatan pertumbuhan relatif tetap, akan tetapi mengalami perkembangan yang luar biasa secara kognitif, emosional dan sosial (Badriah, 2014: 79). Kehidupan anak pada periode ini merupakan persiapan bagi

kebutuhan-kebutuhan fisik dan emosional yang timbul akibat dorongan pertumbuhan remaja (*adolescent*).

Salah satu acuan pertumbuhan anak adalah perubahan fisik (Makarim, 2012). Perubahan ini bersifat kuantitatif (Nahriyah, 2018), dan dapat diukur melalui perubahan ukuran, seperti lingkaran kepala, berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan, dll (Astuti, 2023). Perubahan ini juga sering digunakan sebagai indikator bagi status gizi individu dan populasi (Pahlevi, 2012).

Pemenuhan nutrisi antara masukan dan kebutuhan yang seimbang, dan status kesehatan dapat digambarkan melalui keadaan status gizi (Annisa, 2023; Lutfiya, 2023). Status gizi adalah suatu keadaan atau kondisi kesehatan akibat asupan zat gizi dari makanan dan minuman yang sesuai kebutuhan. Apabila pola konsumsi seimbang, maka status gizi seseorang adalah baik. Sebaliknya jika tidak seimbang, maka akan terjadi status gizi kurang dan lebih (Sutomo & Anggraini, 2010).

Dalam satu dekade, Indonesia telah mengalami masalah gizi beban ganda baik kekurangan dan kelebihan (Unicef, 2018). Satu anak kurus dapat ditemukan pada sepuluh anak, dan obesitas pada anak usia sekolah dasar ditemukan sebanyak 20% dari populasi. Dilaporkan (International Food Policy Research Institute, 2014) bahwa sejak 2014, 18 negara termasuk Indonesia memiliki masalah beban ganda, yakni *stunting* dan *wasting*, dan obesitas. Berdasarkan penelitian (de Onis & Branca, 2016) masalah beban ganda juga terjadi di seluruh dunia. (OECD, 2019) Perkiraan 161 juta anak mengalami *stunting*, sedangkan 39% atau 1,9 milyar, dan 13% atau 650 juta menderita gemuk dan obesitas berdasarkan data WHO hingga 2016 pada penduduk dunia <18 tahun.

Gorontalo merupakan salah satu provinsi di Indonesia. Di provinsi ini ditemukan masalah beban ganda berdasarkan data (Kemenkes RI, 2019) pada laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018. Dari 1.700 anak sekolah dasar usia 5-12 tahun yang berhasil diukur, ditemukan angka status gizi sangat kurus 2,70%, kurus 8,45%, gemuk 8,93%, dan obesitas 6,26%. Dalam data sekunder anak sekolah dasar di Kelurahan Donggala Kota Gorontalo (Pomatahu & Pauweni, 2023), ditemukan 4,06% anak kurus, 3,05% dan 11,67% gemuk dan obesitas. Status gizi dan pertumbuhan anak saling berhubungan (Santri et al., 2014). Untuk memantau pertumbuhan anak di sekolah dasar dapat dilakukan melalui pengukuran status gizi anak. Berdasarkan hal tersebut, maka kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: (1) memantau pertumbuhan anak sekolah dasar, (2) membantu guru menyediakan data sekunder bagi sekolah.

## **B. PELAKSANAAN DAN METODE**

Pengabdian ini dilaksanakan selama 2 minggu di SDN No. 37 Kota Gorontalo. Tahapan kegiatan pengabdian ini terdiri dari: (a) tahap persiapan, (b) tahap pelaksanaan, (c) tahap hasil. Tahap persiapan meliputi kegiatan survei lokasi dan peninjauan subyek sasaran, dan konsultasi dengan mitra pengabdian. Pada tahap ini pengabdian meninjau alat ukur yang ada di sekolah, kemudian berkoordinasi kepala sekolah dan guru Pendidikan jasmani untuk penetapan jadwal pengukuran. Penyediaan alat ukur tetap dilakukan oleh pengabdian, walaupun di lokasi kegiatan telah tersedia. Hal ini untuk menjaga waktu pelaksanaan kegiatan agar sesuai dengan jadwal yang ditetapkan. Pembekalan pengetahuan diperuntukkan bagi mahasiswa untuk melatih mereka untuk mengukur tinggi badan dan berat badan, serta menghitung Indeks Massa Tubuh/usia berdasarkan Z-Score.

Kegiatan inti pengabdian ini berada di tahap pelaksanaan. Pada tahap ini pengabdian mendampingi pemantauan pertumbuhan anak melalui pengukuran status gizi. Pengukuran status gizi memiliki kesan mudah untuk dilaksanakan. Namun pengukuran tinggi badan dan berat badan harus dilakukan oleh orang yang sudah dilatih. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan injak Serenity BR2016, sedangkan tinggi badan diukur dengan posisi berdiri menggunakan Onemed 2m stature meter.

Tahap hasil menjadi tahap akhir dari rangkaian kegiatan pengabdian. Pada tahap ini pengolahan data dilakukan menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh per umur (IMT/umur), dan standar deviasi Z-Score usia 5-18 tahun (Kemkes, 2020).

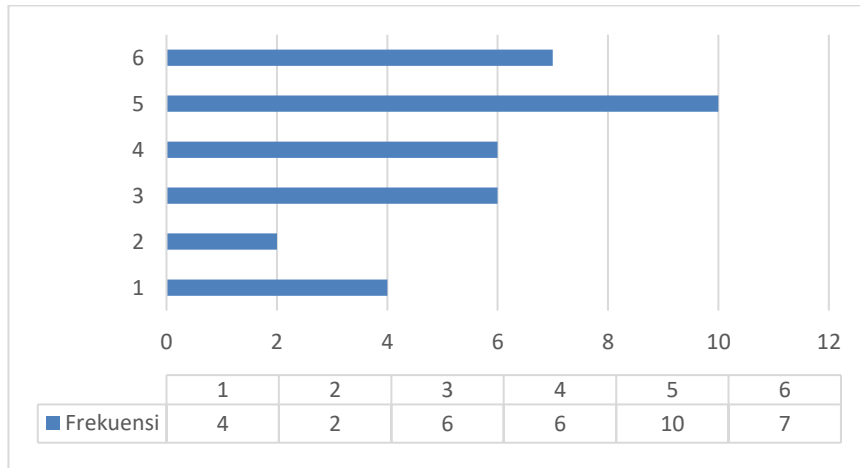


Gambar 1. Pengukuran tinggi badan dan berat badan anak

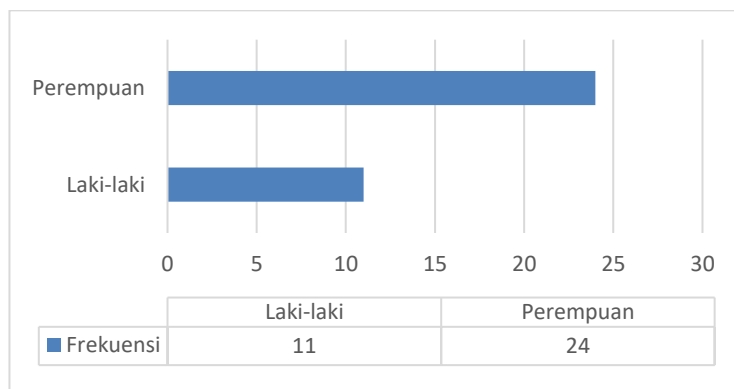
### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil subyek sasaran kegiatan pengabdian, yakni anak sekolah dasar yang terdaftar di SDN No.37 Kota Gorontalo. Namun anak yang menghadiri kegiatan pemantauan pertumbuhan ini berjumlah 35 orang, terdiri dari: 11 anak laki-laki dan 24 anak Perempuan. Kelas 1 berjumlah 4 anak, kelas 2 berjumlah 2 anak, kelas 3 berjumlah 6 anak, kelas 4 berjumlah 6 anak, kelas 5 berjumlah 10 anak, dan kelas 6 berjumlah 7 anak. Kegiatan pengabdian ini berupa pendampingan pemantauan pertumbuhan melalui pengukuran status gizi anak. Dilakukan setelah mendapatkan izin dari Kepala SDN No. 37 Kota Gorontalo. Disajikan pada grafik 1 dan 2.

Sebelum melaksanakan kegiatan pemantauan pertumbuhan, tim berkoordinasi dengan pihak sekolah, baik kepala sekolah, guru-guru wali kelas, dan guru PJOK agar kegiatan dapat berjalan lancar. Pada hari pelaksanaan tim datang ke sekolah pada pukul 07.00 dan diterima langsung oleh kepala sekolah dan diarahkan ke ruang dewan guru untuk perkenalan, dan penyampaian tujuan kegiatan pengabdian. Selanjutnya, kegiatan pengukuran dilakukan mulai pukul 08.00 guru oleh wali kelas bersama guru PJOK, di kelas masing-masing. Secara berurutan dari kelas bawah. Mahasiswa yang telah dilatih cara mengukur tinggi badan dan berat badan mendampingi guru dalam pengukuran, dan mengintervensi apabila terdapat pengukuran yang tidak sesuai prosedur.

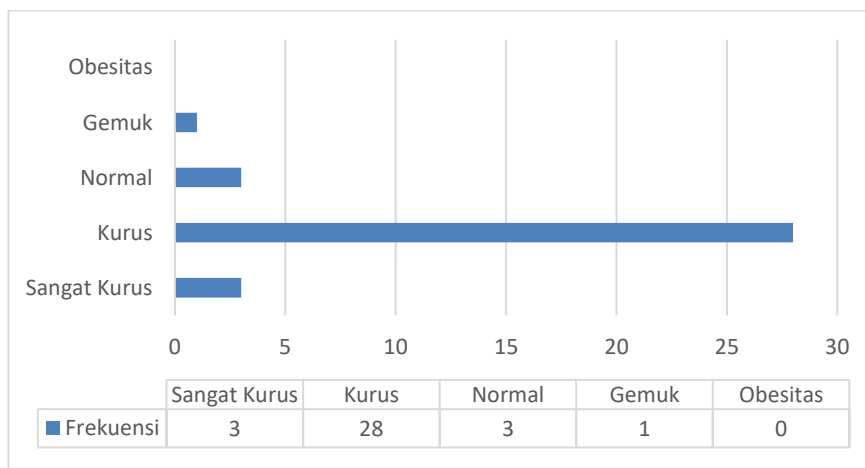


Grafik 1. Distribusi subyek sasaran



Grafik 2. Jenis kelamin subyek sasaran

Setelah proses pengukuran, pengabdian mengumpulkan data tanggal lahir anak dari masing-masing wali kelas, yang dibutuhkan dalam penghitungan Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U). Diketahui status gizi anak SDN No. 37 Kota Gorontalo sebagaimana disajikan pada Grafik 3. Berdasarkan grafik tersebut, dapat diketahui status gizi kurus memiliki angka tertinggi, yakni: 28 anak atau 80% dari jumlah total, kemudian status gizi sangat kurus dan normal masing-masing 3 anak atau 8,57%, dan status gizi gemuk ditemui pada 1 anak atau 2,85%. Tidak ditemui anak dengan status gizi obesitas di sekolah dasar ini.



Grafik 3. Status gizi anak sekolah dasar

Setelah diolah, data status gizi anak diserahkan ke sekolah untuk menjadi data sekunder sekolah. Bagi guru Pendidikan jasmani, data status gizi dapat menjadi acuan untuk mendeteksi kemampuan gerak anak. Karena status gizi yang bermasalah dapat mempengaruhi kemampuan motorik anak (Iswahyudi & Fajar, 2019; Yeni & Surahman, 2019). Hal ini sesuai dengan penelitian (Astyorini, 2014; Prameswari et al., 2018) bahwa ditemukan hubungan yang signifikan antara status gizi anak dengan kemampuan motorik kasar yang mereka miliki.

Masalah gizi memberikan dampak jangka panjang terhadap kebugaran jasmani anak. Sebagaimana hasil penelitian yang dilaporkan (Sepriadi, 2017) bahwa status gizi berkontribusi terhadap kebugaran jasmani anak usia sekolah dasar. (Pascoal & Purnomo, 2010) bahwa keadaan status gizi anak berhubungan dengan aktivitas fisik dan kebugaran jasmani anak. Selanjutnya temuan (Sepriadi et al., 2017) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kebugaran jasmani anak yang memiliki status gizi normal, dan yang bermasalah. Selain itu, status gizi turut mempengaruhi hasil dan prestasi belajar Pendidikan jasmani (Agung Cahyadi et al., 2023; Ariesna & Kusumawati, 2018; Pratiwi et al., 2023)

## **D. PENUTUP**

### **Simpulan dan Saran**

Pengukuran status gizi dapat membantu guru, sekolah dan orang tua untuk memantau pertumbuhan anak sekolah dasar. Indikator yang digunakan adalah IMT/Umur, dapat dihitung setelah data tinggi badan, berat badan, dan usia diketahui. Data status gizi membolehkan guru dan terutama orang tua mengambil tindakan perbaikan terhadap masalah gizi anak, serta menghindarkan anak dari masalah gizi yang dapat mempengaruhi pertumbuhan hingga perkembangan anak. Dari kegiatan pengabdian ini dapat disarankan bahwa hendaknya setiap sekolah memiliki data sekunder pertumbuhan anak yang diukur secara berkala, setiap enam bulan atau setahun sekali.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih kepada Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Kepada Kepala SDN No. 37 yang telah memberikan izin kepada pengabdian untuk melaksanakan kegiatan ini.

## **E. DAFTAR PUSTAKA**

- 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.
- 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>
- 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 Tsnawiyah 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](https://Yankes.Kemkes.Go.Id/Unduhan/Fileunduhan_1660187306_961415.Pdf).
- Lutfiya, L. (2023). Status Gizi. In *Pangan dan Gizi* (p. 93). *Global Eksekutif Teknologi*.
- Makarim, F. R. (2012, December). *Pertumbuhan Anak*. <https://Www.Halodoc.Com/Kesehatan/Pertumbuhan-Anak>.
- Nahriyah, S. (2018). Tumbuh Kembang Anak Di Era Digital. *Risalah, 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.
- Prameswari, D. A., Yuniarni, D., & Miranda, D. (2018). Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun di TK Mujahidin. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(7).
- Pratiwi, R., Sari, R. S., & Ratnasari, F. (2023). Dampak Status Gizi Pendek (Stunting) Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(2).
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak-Anak Selama Masa Sekolah Dasar (6-7) Tahun. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89–100.
- Santri, A., Idriansari, A., & Grisang, B. M. (2014). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Toddler (1-3 TAHUN) dengan

Riwayat Bayi Berat Lahir Rendah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 63–70.

Sepriadi, Hardiansyah, S., & Syampurna, H. (2017). Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24–34.

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>

Sutomo, B., & Anggraini, D. (2010). Menu Sehat Alami untuk Batita & Balita. DeMedia.

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>