

Pengukuran Status Gizi : Perbedaan BB dan TB Saat Konsumsi Makanan Bergizi Gratis

Rani Kawati Damanik*¹, Sri Dearmaita Purba¹, Antonij Edimarta Sitanggang¹, Taruli Rohana Sinaga²,
Veronika Agustin Purba²

¹ Program Studi Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Sari Mutiara Indonesia

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Sari Mutiara Indonesia

*e-mail: rani140387@gmail.com

Abstract

Nutritional status is an important indicator used to assess a child's health and growth. Good nutritional status supports physical growth and cognitive development, as well as increasing a child's resistance to various diseases. The Community Service program aims to measure nutritional status: the difference between weight and height during consumption of free nutritious food. The Community Service program includes a preparatory stage, including a location survey, which includes a preliminary survey of beneficiaries of the free nutritious food program in the Dwi Kora sub-district of Medan. The implementation stage includes the provision of free nutritious food to children. The evaluation stage involves measuring children's height and weight. Descriptively, there was an increase in average height from 112.56 cm to 113.67 cm and an increase in average weight from 17.56 kg to 17.90 kg between November 2025 and May 2026. Parents are advised to provide nutritious food to their children to meet their nutritional needs and create a future golden generation.

Keywords: Nutritional Status, Weight, Height, Food, Free Nutrition

Abstrak

Status gizi merupakan salah satu indikator penting yang digunakan untuk menilai kondisi kesehatan dan pertumbuhan anak. Status gizi yang baik akan mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap berbagai penyakit. Pengabdian Masyarakat bertujuan untuk melakukan Pengukuran Status Gizi: Perbedaan Bb Dan Tb Saat Konsumsi Makanan Bergizi Gratis. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat meliputi Tahap persiapan meliputi Survey Lokasi dengan melakukan survey pendahuluan tempat yang menjadi penerima manfaat makanan bergizi gratis di kelurahan Dwi Kora Medan. Pada tahap pelaksanaan meliputi tahapan pemberian makanan bergizi gratis pada anak. Tahap evaluasi dilaksanakan dengan melakukan pengukuran Tinggi Badan, Berat Badan Anak. Secara deskriptif, terjadi peningkatan rata-rata tinggi badan dari 112,56 cm menjadi 113,67 cm dan peningkatan rata-rata berat badan dari 17,56 kg menjadi 17,90 kg antara bulan November 2025 dan Mei 2026. Disarankan pada orang tua agar memberikan makanan yang memiliki kandungan gizi yang tinggi yang dibutuhkan anak untuk memenuhi kebutuhan gizi pada anak untuk mewujudkan generasi emas dimasa depan.

Kata kunci: Status Gizi, Berat Badan, Tinggi Badan, Makanan, Gizi Gratis

1. PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu indikator penting yang digunakan untuk menilai kondisi kesehatan dan pertumbuhan anak. Status gizi yang baik akan mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap berbagai penyakit. Sebaliknya, status gizi yang kurang dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga berdampak pada kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang.

Anak usia taman kanak-kanak (TK) merupakan kelompok usia yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa ini, kebutuhan zat gizi harus terpenuhi secara optimal agar proses pertumbuhan berlangsung dengan baik. Pemenuhan kebutuhan gizi anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan, kondisi kesehatan, lingkungan, serta ketersediaan makanan yang bergizi dan seimbang.

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk meningkatkan status gizi anak adalah melalui Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Program ini bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi anak dengan menyediakan makanan yang mengandung zat gizi yang cukup sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dengan adanya program tersebut diharapkan terjadi peningkatan kualitas gizi yang ditunjukkan melalui perubahan berat badan dan tinggi badan anak. Pengukuran berat badan dan tinggi badan merupakan metode yang paling sering digunakan dalam pemantauan status gizi anak. Berat badan dapat menggambarkan kondisi gizi saat ini, sedangkan tinggi badan dapat menunjukkan pertumbuhan anak dalam jangka waktu tertentu. Oleh karena itu, pengukuran kedua indikator tersebut secara berkala sangat penting untuk mengetahui perkembangan status gizi anak serta mengevaluasi efektivitas suatu program gizi.

TK Hasanuddin merupakan salah satu sekolah yang melaksanakan Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Untuk mengetahui perkembangan status gizi anak selama mengikuti program tersebut, dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan pada bulan November 2025 dan bulan Mei 2026. Hasil pengukuran kemudian dianalisis untuk melihat apakah terdapat perbedaan berat badan dan tinggi badan anak setelah mengikuti program MBG selama periode tersebut. Berdasarkan hasil pengukuran yang telah dilakukan terhadap 9 anak, diketahui bahwa rata-rata tinggi badan mengalami peningkatan dari 112,56 cm pada bulan November menjadi 113,67 cm pada bulan Mei. Sementara itu, rata-rata berat badan meningkat dari 17,56 kg menjadi 17,90 kg. Untuk mengetahui apakah perubahan tersebut bermakna secara statistik, dilakukan analisis menggunakan uji Paired Sample t-Test.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menyusun laporan mengenai "Pengukuran Status Gizi pada Anak TK Hasanuddin: Perbedaan Berat Badan dan Tinggi Badan Saat Konsumsi Makan Bergizi Gratis (MBG) pada Bulan November 2025 sampai Mei 2026" guna mengetahui perubahan status gizi anak berdasarkan indikator berat badan dan tinggi badan selama mengikuti program tersebut.

2. METODE

A. Waktu dan Lokasi Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada Bulan November 2025 dan Bulan Mei 2026, pukul 09.00 wib sampai dengan selesai. Pemberian makanan bergizi gratis pada anak TK. Kegiatan dilakukan dengan terlebih dahulu memberikan makanan bergizi gratis pada anak TK. Anak mengkonsumsi makanan bergizi selama enam bulan, kemudian dilakukan pengukuran pertama pada bulan November 2025 selanjutnya dilakukan pengukuran bulan Mei 2026.

B. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat tentang adalah Siswa TK Hasanuddin Medan yaitu sebanyak 9 orang.

1) Metode Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan langsung siswa-siswi TK Hasanuddin sebagai mitra dalam kegiatan ini. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui tahapan, yaitu: (a) tahap persiapan dengan melakukan hubungan saling percaya, (b) tahap pelaksanaan dengan memberikan makanan bergizi gratis kepada anak yang diberikan setiap hari pada anak terkecuali pada hari Minggu, dan (c) tahap evaluasi berupa penilaian status gizi anak yaitu Tinggi Badan, Berat Badan Anak.

2) Langkah-Langkah Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Adapun langkah-langkah dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah:

A. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi Survey Lokasi dengan melakukan survey pendahuluan tempat yang menjadi penerima manfaat makanan bergizi gratis di kelurahan Dwi Kora Medan.

B. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan meliputi tahapan pemberian makanan bergizi gratis pada anak.

C. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilaksanakan dengan melakukan pengukuran Tinggi Badan, Berat Badan Anak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dilakukan dengan sosialisasi kebutuhan gizi pada anak yang dilakukan di ruangan kelas.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan pengukuran Status Gizi



Gambar 2. Kegiatan Pengukuran Lingkar Kepala Anak



Gambar 3. Pengukuran Berat Badan Anak



Gambar 4. Pengukuran Tinggi Badan

Hasil pengukuran Data responden diperoleh bahwa Tinggi Badan (TB) serta Berat Badan bulan November 2025 dan Mei 2026.

Tabel 1. Data Perbedaan TB Dan BB Anak

No.	Jenis Kelamin	TB November 2025	BB November 2025	TB Mei 2026	BB Mei 2026
1	P	116 cm	23,15 kg	117 cm	25,45 kg
2	P	115 cm	19,15 kg	116 cm	19,5 kg
3	L	111 cm	17,60 kg	113 cm	17,90 kg
4	L	112 cm	16,70 kg	113 cm	17,25 kg
5	L	115 cm	14,60 kg	116 cm	14,45 kg
6	L	113 cm	18,05 kg	114 cm	18,85 kg
7	L	107 cm	15,65 kg	108 cm	15,75 kg
8	P	104 cm	14,00 kg	105 cm	13,70 kg
9	L	120 cm	19,10 kg	121 cm	18,25 kg

Berdasarkan tabel 1. Data responden diperoleh bahwa Tinggi Badan (TB) optimal yaitu 120 cm pada bulan November kemudian pada bulan Mei mencapai 121 cm. Kemudian Berat Badan (BB) yaitu 23,15 kg pada bulan November sedangkan pada Bulan Mei.

Tabel 2. Hubungan atau perbedaan TB dan BB

Bulan	N	Minimum	Maximun	Mean	Std.Deviation
TB November 2025	9	104	120	112.56	4.825
TB Mei 2026	9	105	121	113.67	4.796
BB November 2025	9	14.00	23.15	117.5556	2.78868
BB Mei 2026	9	13.70	25.45	17.9000	3.44918

Berdasarkan analisis deskriptif menggambarkan data sebelum menguji hubungan atau perbedaan TB dan BB pada bulan november 2025-Mei 2026. Berdasarkan hasil analisis deskriptif Tinggi Badan (TB), jumlah sampel yang diteliti sebanyak 9 anak. Rata-rata tinggi badan pada bulan November adalah 112,56 cm dengan standar deviasi 4,825 cm, tinggi badan minimum 104 cm dan maksimum 120 cm. Pada bulan Mei, rata-rata tinggi badan meningkat menjadi 113,67 cm dengan standar deviasi 4,796 cm, tinggi badan minimum 105 cm dan maksimum 121 cm.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif Berat Badan (BB), rata-rata berat badan pada bulan November adalah 17,56 kg dengan standar deviasi 2,789 kg, berat badan minimum 14,00 kg dan maksimum 23,15 kg. Pada bulan Mei, rata-rata berat badan menjadi 17,90 kg dengan standar deviasi 3,449 kg, berat badan minimum 13,70 kg dan maksimum 25,45 kg.

B. Pembahasan

Status gizi balita Adalah salah satu indikator penting dalam menilai derajat kesehatan masyarakat karena mencerminkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Masalah gizi yang seing terjadi pada balita masih menjadi perhatian utama, terutama pada indikator berat badan menurut umur (BB/U) yang dapat menggambarkan kondisi gizi secara umum. Pemantauan status gizi dilakukan menjadi strategi melalui Posyandu menjadi upaya strategis dalam deteksi dini masalah gizi di Masyarakat (Diana and Aisyah 2026).

Tren dalam melakukan penilaian pertumbuhan anak dilakukan dengan cara membandingkan pertambahan berat badan dan panjang badan atau tinggi badan dengan standar kenaikan berat badan dan pertambahan panjang badan atau tinggi badan. Peningkatan berat badan (*weight increment*) dan pertambahan panjang badan atau tinggi badan (*length/height increment*) yang digunakan untuk menentukan kategori anak usia 0 (nol) sampai dengan 24 (dua puluh empat) bulan yang mengalami risiko gagal tumbuh (*at risk of failure to thrive*) atau *weight faltering*, dan perlambatan pertumbuhan linear yang merupakan risiko terjadinya perawakan pendek (*stunted*) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Stunting merupakan salah satu gangguan pertumbuhan balita yang menyebabkan pertumbuhan anak yang lebih lambat dari normal dan memiliki efek jangka pendek dan jangka Panjang pada anak. Salah satu upaya pemerintah dalam menangani kasus stunting yaitu dengan melakukan peningkatan dan perbaikan status gizi. Pengukuran status gizi balita sangat diperlukan untuk mendeteksi stunting pada balita. Ini dapat dilakukan dengan cara mengukur Indeks Masa Tubuh balita dan lingkaran lengan atasnya, yang kemudian menghasilkan klasifikasi status gizi (Ardhianingtyas, Sari, and Rahmah, 2025).

Anak usia sekolah termasuk kedalam kelompok umur yang rentan mengalami masalah gizi. Status gizi anak usia sekolah perlu diperhatikan hal ini disebabkan faktor penting yang mendukung kemampuan kognitif dan status kesehatan. Pelaksanaan pengukuran dan penilaian status gizi sebagai langkah pencegahan terjadinya masalah gizi pada anak usia sekolah. Melakukan pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah dasar dengan pengukuran

berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) menggunakan metode pengukuran antropometri kemudian dilakukan penilaian status gizi untuk mendapatkan gambaran status gizi anak usia sekolah berdasarkan IMT/U (Muchtari and Rejeki, 2022).

Permasalahan gizi pada balita masih menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan di Indonesia karena berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas di masa depan. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Adalah sumber data penting untuk menganalisis bagaimana kondisi gizi balita. Penelitian ini berhasil membangun model klasifikasi status gizi balita menggunakan algoritma dengan melakukan pendekatan Knowledge Discovery in Database (KDD). Proses analisis dilakukan melalui pembersihan data, rekayasa fitur berbasis tiga indikator Z-Score yaitu BB/U, TB/U, dan BB/TB (Angga et al. 2026).

Permasalahan yang sering terjadi tentang Gizi kurang, stunting, maupun kelebihan gizi merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang masih ditemukan sehingga dapat memengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Upaya pelaksanaan deteksi dini dan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya pemantauan status gizi pada anak. Pemantauan status gizi yang secara rutin dan berkelanjutan di lingkungan sekolah melalui kerja sama antara pihak sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan. Pemberian edukasi mengenai gizi seimbang, pola makan sehat, dan aktivitas fisik perlu terus ditingkatkan untuk mencegah terjadinya masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi sangat perlu disampaikan agar status gizi anak dapat meningkat. Anak yang teridentifikasi mengalami masalah gizi memerlukan tindak lanjut berupa konseling gizi, pemantauan berkala, serta rujukan ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila diperlukan (Angga et al. 2026).

Saat ini Stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang serius di Indonesia, dengan prevalensi nasional sebesar 21,5% pada tahun 2024, jauh di atas ambang batas yang ditetapkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yaitu di bawah 14%. Upaya penanggulangan, pemerintah meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada Januari 2025 berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional. Program MBG terhadap status gizi siswa sekolah dasar serta membandingkan status gizi antara siswa penerima dan non-penerima MBG (Juanta et al. 2026).

Masalah gizi pada anak sekolah di Aceh 24,1% anak sekolah menderita *Stunting*, 12,3% *wasting*, akibat tidak sarapan dan jajanan tidak sehat. Program Gizi Berbasis Sekolah sangat efektif meningkatkan pengetahuan gizi dan PHBS, namun pelaksanaan jangka pendek belum berdampak nyata pada status gizi dan anemia. Perlunya kegiatan pemantauan terstruktur diperlukan untuk menjamin kecukupan dan keamanan pangan serta efektivitas edukasi gizi (Ahmad, Arifin and Fitriani 2026).

4. KESIMPULAN

Secara deskriptif, terjadi peningkatan rata-rata tinggi badan dari 112,56 cm menjadi 113,67 cm dan peningkatan rata-rata berat badan dari 17,56 kg menjadi 17,90 kg antara bulan November 2025 dan Mei 2026. Disarankan pada orang tua agar memberikan makanan yang memiliki kandungan gizi yang tinggi yang dibutuhkan anak untuk memenuhi kebutuhan gizi pada anak untuk mewujudkan generasi emas dimasa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Angga, Muhamad, Rizki Sabima, Barry Ceasar, Rachmat Wahid, and Saleh Insani. (2026). "Klasifikasi Status Gizi Balita Menggunakan Algoritma Random Forest. *Jurnal Teknologi*

- Dan Sistem Informasi Bisnis*, 8(1): 95–99.
- Ardhianingtyas, Nisa, Sari, R. N., & Rahmah. A. H. (2025). “Penilaian Status Gizi Balita Berdasarkan IMT dan LiLA Dalam Upaya Deteksi Dini Stunting, *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(2): 118–23.
- Ahmad, A., Arifin, R. S., Fitriyaningsih, & E., Arnisam. A. (2026). “Dampak Program Gizi Berbasis Sekolah Terhadap Status Gizi , Anemia , Dan Pengetahuan Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Kabupaten Pidie , Aceh , Indonesia The Impact of School-Based Nutrition Program on Nutritional Status , Anemia , and Nutrition Knowledge A.” 10(1): 23–35. doi:10.20473/amnt.v10i1.2026.23-35.
- Diana, Sitti Aras, & Nur Aisyah. (2026). “Gambaran Status Gizi Balita Berdasarkan Indikator Berat Badan Dan Umur Di Posyandu Melati Kabupaten Majene 2026. *Jurnal Kesehatan Tradisional*, 4 (2), 335-348.
- Juanta, Palma, Sari, P., Marsanda, R., & Harefa, O. Y. A. (2026). “Dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Dasar : Studi Komparatif Pada SD Swasta Ikal Bulog Dan SD Negeri 005 Bangko Kiri Tahun Ajaran 2025 / 2026. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(3): 2580–86.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI). Jakarta: Kemenkes RI.
- Muchtar, Febriana, & Sri Rejeki. (2022). “Pengukuran Dan Penilaian Status Gizi Anak Usia Sekolah Menggunakan Indeks Massa Tubuh Menurut Umur. *Mandalanursa*, 4(2): 2–6.