

## STATUS GIZI BERDASARKAN NILAI INDEKS MASSA TUBUH PADA SISWA SDN CEMPAKA PUTIH 01 JAKARTA

<sup>1</sup>Etty Widayanti, <sup>1</sup>Yenni Zulhamidah

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Cempaka Putih Jakarta

Email: etty.widayanti@yarsi.ac.id

### Abstrak

Gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif. Perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, termasuk usia sekolah dasar. Siswa sekolah dasar (SD) berisiko mengalami masalah nutrisi sehubungan dengan pola makan dan masa tumbuh kembangnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi pada siswa SDN 01 Cempaka Putih Jakarta dengan mengukur indeks massa tubuhnya. Data yang diukur adalah tinggi badan dan berat badan untuk mengetahui nilai indeks massa tubuh 106 siswa. Hasil penelitian menunjukkan siswa sekolah yang memiliki status gizi kurus sekali sebagai nilai tertinggi yaitu 58 orang (54,7%), diikuti normal sebanyak 37 orang (34,91%), kurus sebanyak 9 orang (8,49%), dan gemuk sebanyak 2 orang (1,89%). Kesimpulan penelitian ini adalah status gizi pada siswa SDN 01 Cempaka Putih menunjukkan indeks massa tubuh dominan yaitu kurus sekali.

**Kata Kunci:** siswa sekolah dasar, indeks massa tubuh, antropometri

### 1. PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan faktor utama yang diperlukan untuk melaksanakan pembangunan nasional. Faktor gizi memegang peranan penting dalam mencapai SDM berkualitas. Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan mental. Dalam masa tumbuh kembang anak, kecukupan gizi merupakan hal mutlak yang harus selalu diperhatikan orang tua. Gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif. Perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, termasuk usia sekolah dasar (Rahmawati & Marfuah, 2016; Ningsih et al, 2016).

Siswa Sekolah Dasar (SD) berisiko mengalami masalah nutrisi sehubungan dengan pola makan dan masa tumbuh kembang. Status gizi yang baik akan mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga fase anak usia sekolah merupakan fase dimana anak sangat membutuhkan asupan makanan yang bergizi untuk menunjang masa pertumbuhan dan perkembangannya. Kekurangan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam periode yang berkepanjangan dapat membawa pengaruh yang tidak baik terhadap pertumbuhan anak dan mengakibatkan perubahan metabolisme otak. Dengan demikian, kemampuan dan fungsi otak menjadi tidak maksimal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan fisik terganggu, badan menjadi lebih kecil dan diikuti pula dengan mengecilnya ukuran otak. Keadaan ini akan membawa pengaruh buruk terhadap perkembangan kecerdasan anak (Marhamah et al, 2014; Lestari et al, 2016).

Indeks massa tubuh (IMT) didapat dengan cara membagi berat badan (kg) dengan kuadrat dari tinggi badan (meter). Nilai IMT yang didapat tidak tergantung pada umur dan jenis kelamin. Indeks massa tubuh dapat digunakan untuk menentukan seberapa besar seseorang dapat terkena resiko penyakit tertentu yang disebabkan karena berat badannya (Heriansyah, 2014). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi pada siswa SDN 01 Cempaka Putih dengan mengukur indeks massa tubuhnya.

### 2. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik yang dilakukan dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan adalah siswa dengan rentang usia 7 – 11 tahun pada sekolah SDN 01 Cempaka Putih Jakarta. Data yang diukur

adalah tinggi badan dan berat badan menggunakan alat ukur standar. Populasi dalam penelitian ini adalah yang memenuhi semua kriteria inklusi.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah yang pertama siswa SD laki-laki dan perempuan. Yang kedua adalah berstatus siswa di sekolah tersebut. Yang ketiga adalah siswa yang bersedia sebagai responden penelitian yang telah mengisi *informed consent* yang ditandatangani oleh wali. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa yang tidak lengkap data sampelnya.

Metode sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan pengambilan sampel yang proporsional pada masing-masing kelas dan menggunakan formula *Slovin* untuk jumlah sampel minimal. Besar sampel pada penelitian ini sebanyak 106 orang. Penelitian dilaksanakan antara bulan Juni 2017 hingga Desember 2017.

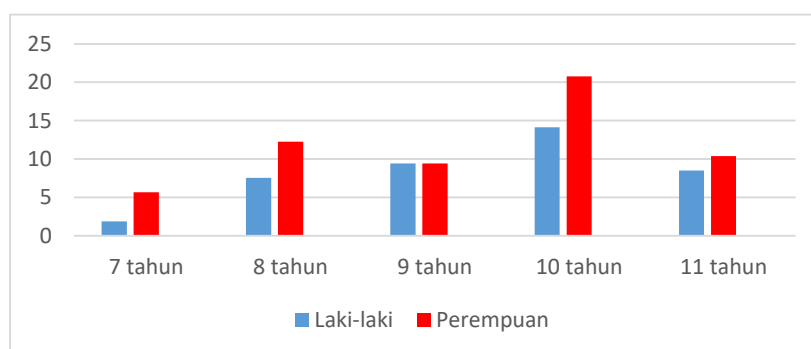
### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di sekolah SDN 01 Cempaka Putih, distribusi subyek dapat disajikan dalam Tabel 1. Data pada tabel ini menunjukkan karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin adalah 106 orang yang menjadi subjek, terdiri dari 44 orang siswa laki-laki (41,51%) dan 62 orang siswa perempuan (58,49%).

**Tabel 1.** Profil Siswa Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Jenis kelamin				Total
	Laki-laki		Perempuan		
	Jumlah	Frekuensi (%)	Jumlah	Frekuensi (%)	
7	2	1,89	6	5,66	8
8	8	7,55	13	12,26	21
9	10	9,43	10	9,43	20
10	15	14,15	22	20,75	37
11	9	8,49	11	10,38	20
Total	44	41,51	62	58,49	106

Berdasarkan Gambar 1 dapat dilihat profil siswa berdasarkan umur didapatkan frekuensi tertinggi responden yaitu pada kelompok umur 10 tahun sebanyak 37 orang (34,90%) dan frekuensi terendah responden pada kelompok umur 7 tahun sebanyak 8 orang (7,55%).



**Gambar 1.** Profil Siswa Berdasarkan Usia

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat siswa sekolah yang memiliki status gizi kurus sekali sebagai nilai tertinggi yaitu 58 orang (54,7%), diikuti normal sebanyak 37 orang (34,91%), kurus sebanyak 9 orang (8,49%), dan gemuk sebanyak 2 orang (1,89%). Tidak ditemukan status gemuk sekali dalam populasi. Data pengukuran IMT pada Tabel 2 dan Gambar 2 menunjukkan adanya nilai indeks massa tubuh yang dominan pada kategori kurus sekali.

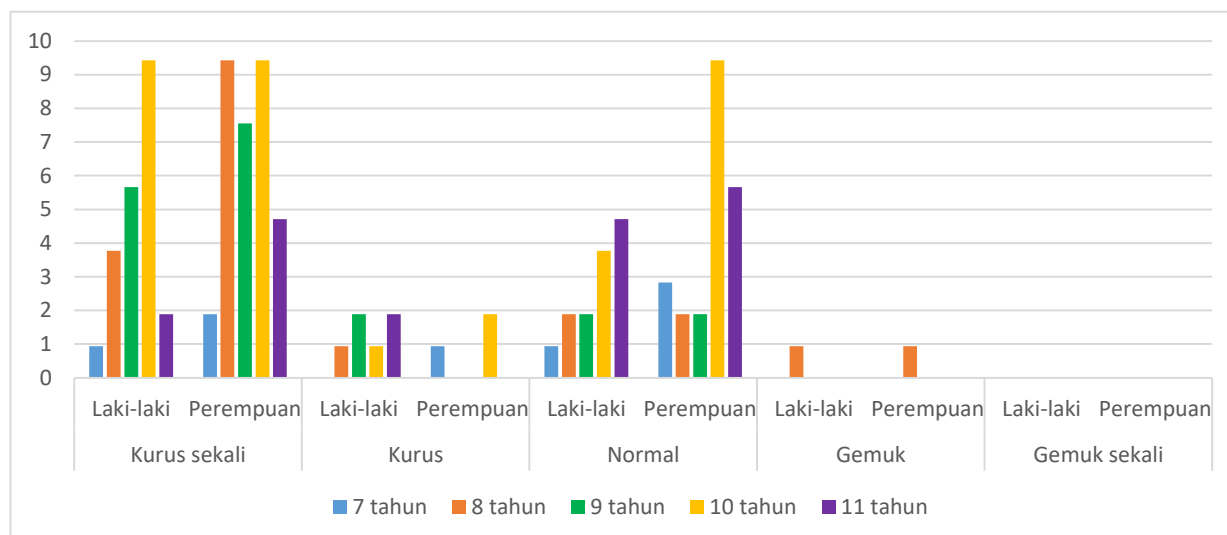
Tabel 2. Profil Siswa Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

Jenis Kelamin	Indeks Massa Tubuh										Total	
	Kurus sekali		Kurus		Normal		Gemuk		Gemuk sekali			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
7 tahun												
Laki-laki	1	0,94	0	0	1	0,94	0	0	0	0	0	2
Perempuan	2	1,89	1	0,94	3	2,83	0	0	0	0	0	6
8 tahun												
Laki-laki	4	3,77	1	0,94	2	1,89	1	0,94	0	0	0	8
Perempuan	10	9,43	0	0	2	1,89	1	0,94	0	0	0	13
9 tahun												
Laki-laki	6	5,66	2	1,89	2	1,89	0	0	0	0	0	10
Perempuan	8	7,55	0	0	2	1,89	0	0	0	0	0	10
10 tahun												
Laki-laki	10	9,43	1	0,94	4	3,77	0	0	0	0	0	15
Perempuan	10	9,43	2	1,89	10	9,43	0	0	0	0	0	22
11 tahun												
Laki-laki	2	1,89	2	1,89	5	4,71	0	0	0	0	0	9
Perempuan	5	4,71	0	0	6	5,66	0	0	0	0	0	11
Total	58	54,7	9	8,49	37	34,91	2	1,89	0	0	0	106

Data penelitian menunjukkan status gizi normal tidak menjadi menjadi nilai tertinggi pada populasi. Status gizi sangat kurus pada penelitian ini banyak ditemukan pada anak dengan kelompok umur 10 tahun baik pada laki-laki maupun perempuan (Gambar 2), Hal ini disebabkan kelompok ini memiliki jumlah subyek yang paling besar dibandingkan kelompok umur lain (Gambar 1). Jika semua kategori memiliki jumlah subyek yang sama kemungkinan profil IMT yang diperoleh akan berbeda. Adanya status gizi di bawah normal dapat disebabkan siswa sangat aktif bermain di luar ruangan pada siang hari saat jam istirahat, kemungkinan faktor yang kedua adalah jenis jajanan di lingkungan sekolah yang kurang mengandung zat gizi tinggi. Status gizi normal didominasi oleh perempuan. Proporsi jenis kelamin subyek paling banyak adalah perempuan. Hal tersebut dimungkinkan banyak siswa laki-laki yang tidak memberikan dan mengembalikan kesediaan inform consent menjadi subyek kepada walinya.

Status gizi obesitas pada penelitian ini ditemukan paling sedikit yaitu sebanyak 2 siswa (1,89%). Status gizi ini harus diwaspadai karena obesitas pada usia anak akan meningkatkan risiko obesitas pada saat dewasa. Anak dalam rentang usia ini perlu mendapat perhatian dari sudut perubahan pola makan sehari-hari karena makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya (Rahmawati & Marfuah, 2016).

Lokasi sekolah subyek berada di wilayah perkotaan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan Purnamasari et al (2016) yang menyatakan bahwa kasus anak kurus lebih sedikit ditemukan di perkotaan dibandingkan pedesaan.



Gambar 2. Profil Siswa Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

Status gizi yang normal hanya dapat terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja mencapai tingkat kesehatan optimal. Selain disebabkan oleh faktor asupan makanan, faktor tidak langsung yang terjadi di lingkungan subyek pun juga dapat mempengaruhi status gizi anak, antara lain seperti tingkat pengetahuan ibu mengenai pentingnya memberikan makanan yang bergizi, tidak pandai dalam mengatur pola pemberian dan pemilihan makanan, penghasilan rumah tangga yang tidak cukup setelah digunakan untuk keperluan harian lainnya, tingkat pendidikan orang tua, dan jumlah anggota keluarga yang terlalu banyak sehingga mengakibatkan berkurangnya asupan makanan yang dikonsumsi masing-masing anggota keluarga dan kandungan gizinya pun juga tidak memenuhi kebutuhan untuk masing-masing individu, pola asuh anak yang salah serta kesehatan lingkungan yang sangat kurang (Lestari *et al*, 2016; Ningsih *et al*, 2016).

Penelitian ini menggunakan penghitungan IMT untuk menentukan status gizi subyek. Indeks massa tubuh merupakan alat skrining obesitas yang nyaman, aman dan murah untuk suatu populasi. Pengukuran IMT tidak dapat membedakan antara massa bebas lemak dan massa lemak yang ada di dalam tubuh (Santoso *et al*, 2017). Kiranya di masa datang diperlukan penelitian lingkaran pinggang, lingkaran lengan, dan tebal lemak untuk mengetahui profil lipid pada subyek.

#### 4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Status gizi pada siswa SDN 01 Cempaka Putih menunjukkan indeks massa tubuh dominan yaitu kurus sekali.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Heriansyah, T. (2014, April). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Jumlah Circulating Endothelial Cell. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala* 14(1), 1-6.
- Lestari, I.D., Ernalina, Y., and Restuastuti, T. (2016, Oktober). Gambaran Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Bangko Kabupaten Rokan Hilir. *JOM FK* 3(2), 1-14.
- Marhamah, Abzeni, and Juwita. (2104, September). Perilaku Konsumsi dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kota Serang. *Jurnal Matematika, Sains, dan Teknologi* 15(2), 97-105.
- Ningsih, Y.A., Suyanto, and Restuastuti T. (2016, Oktober). Gambaran Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Rangsang Kabupaten Kepulauan Meranti. *JOM FK* 3(2), 1-11.
- Purnamasari, D.U., Dardjito, E, and Kusnandar. (2016, Januari). Status Gizi Berdasar Indeks Imt/U Dan Tb/U pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Perkotaan dan Pedesaan. *Jurnal Kesmas Indonesia* 8(1), 81-94.

- Rahmawati, T and Marfuah, D. (2016, September). Gambaran Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Profesi 14(1)*, 72-76.
- Santoso, A.H., Karjadidjaja, I and Charissa, O. (2017, Oktober). Pemetaan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang sebagai Indikator Obesitas di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan 1(2)*, 23-28.