



GAMBARAN TENTANG PENGETAHUAN GIZI DAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 34 PONTIANAK KOTA

Cyndy Febrianty Dei, Didik Hariyadi, Jurianto Gambir

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Abstrak

Anak usia sekolah sangat penting diperhatikan karena anak usia sekolah merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 menurut indeks massa tubuh/umur adalah 9,3% kurus yang terbagi menjadi 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gizi lebih dengan prevalensi 20,6% yaitu gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Adapun prevalensi kejadian pendek sebesar 23,6% dengan angka 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tentang pengetahuan gizi dan status gizi pada anak sekolah di SDN 34 Pontianak Kota. Jenis penelitian merupakan penelitian deskriptif yang di susun menggunakan metode random sampling yaitu penyampelan acak sederhana dimana jumlah sampel yang di gunakan sebanyak 58 dengan analisis data yang di gunakan adalah unvariat yaitu distribusi frekuensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan kelas 5 SD di peroleh hasil persen yang tertinggi yaitu 53,4% dan untuk status gizi hasil tertinggi yaitu 62,1% dengan kategori gizi normal. Kesimpulan penelitian ini adalah pengetahuan anak kelas 5 di SDN 34 Pontianak kota dikatakan baik dan untuk status gizi kelas 5 di SDN 34 Pontianak Kota sebagian besar memiliki status gizi yang normal

Abstract

It is very important to pay attention to school age children because school age children are a group that is vulnerable to nutritional problems. Based on 2018 RISKESDAS data, the body mass index/age is 9.3% thin, divided into 2.5% very thin and 6.8% thin. The problem of overnutrition with a prevalence of 20.6% is 11.1% fat and 9.5% very fat (obesity). The prevalence of stunting was 23.6% with 6.7% being very short and 16.9% being short. The aim of this research was to find out a picture of nutritional knowledge and nutritional status among school children at SDN 34 Pontianak City. This type of research is descriptive research which is structured using the random sampling method, namely simple random sampling where the number of samples used is 58 with the data analysis used being univariate, namely frequency distribution. The highest was 53.4% and for nutritional status the highest result was 62.1% with the normal nutrition category. The conclusion of this research is that the knowledge of grade 5 children at SDN 34 Pontianak Kota is said to be good and for the nutritional status of grade 5 at SDN 34 Pontianak Kota the majority have normal nutritional status.

Keywords:

nutritional knowledge, nutritional status, (in elementary school children

Pendahuluan

Anak sekolah dasar memiliki usia berkisar (6-12 tahun), usia ini juga termasuk dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Makanan dengan nutrisi yang tinggi akan mempengaruhi tumbuh kembang otak serta organ – organ di dalam tubuh anak. Usia tersebut anak juga sudah mampu lebih aktif dalam memilih makanan termasuk dalam memilih makanan jajanan yang mereka sukai dan dapat disebut sebagai konsumen aktif (Latifah, U. 2017). Anak usia sekolah merupakan sumber daya manusia yang akan meneruskan pembangunan bangsa di masa mendatang. Sumber daya manusia berkualitas digambarkan dari manusia yang sehat, cerdas dan produktif, sehingga indikator sumber daya manusia berkualitas dapat

ditentukan dari pertumbuhan dan perkembangan anak-anak Indonesia.

Asupan makanan yang mengandung energi dan zat-zat gizi jika dikonsumsi dengan tepat dan sesuai kebutuhan maka akan mencapai status gizi yang baik. Kelebihan asupan dapat menyebabkan terjadinya gizi lebih dan kekurangan asupan makanan menyebabkan kekurangan gizi yang berdampak pada tubuh yang nampak kurus dan berisiko terhadap penyakit (Zuhriyah, A 2021). Asupan zat gizi pada anak usia sekolah sangat penting diperhatikan karena anak usia sekolah merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi (Nuzrina 2016).

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. 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 (Salsabila,2023).

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 masalah gizi pada anak usia sekolah pada umur 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur adalah 9,3% kurus yang terbagi menjadi 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gizi lebih dengan prevalensi 20,6% yaitu gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Adapun prevalensi kejadian pendek sebesar 23,6% dengan angka 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Hasrul 2020). Saat ini kegemukan (overweight) dan obesitas menjadi salah satu masalah kesehatan yang mendunia bagi anak-anak dan orang dewasa. Tahun 1998, WHO menyatakan obesitas sudah dalam tingkat epidemik yang jika dibiarkan akan menjadi obesitas global. Menurut data WHO pada awal tahun 2000 sekitar 1 miliar orang mengalami kegemukan dan 30% diantaranya mengalami kegemukan berlebihan atau obesitas pada anak-anak sudah meningkat menjadi 20% pada tahun 2003 dari sekitar 5-6% pada tahun 1989.

Metode

Jenis penelitian merupakan penelitian deskriptif yang di susun menggunakan metode random sampling yaitu penyampelan acak sederhana misalnya anggota populasi bernama A diberi nomor 2, kemudian saat undian keluarlah nomor 2 maka anggota populasi bernama A tersebut terpilih menjadi sampel dimana jumlah sampel yang akan di gunakan sebanyak 58. Analisis data yang di gunakan adalah unvariat yaitu distribusi frekuensi.

Hasil dan Pembahasan

A. Karakteristik sampel

1. Jenis Kelamin Sampel

Penelitian ini adalah jenis kelamin siswa dan siswi kelas 5 di SDN 34 Pontianak Kota dengan jumlah sampel yang di ambil sebanyak 58 sampel.

Tabel 1 Distribusi Sampel Di SDN 34 Pontianak Kota Kecamatan Pontianak Kota

| Kategori | n | % |
|--------------|-----------|------------|
| Laki-laki | 23 | 39,7 |
| Perempuan | 35 | 60,3 |
| Total | 58 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan yaitu 60,3%

2. Umur Sampel

Berikut pada tabel ke 2 disajikan sampel kelas 5 di SDN 34 Pontianak Kota

Tabel 2 Distribusi Sampel Di SDN 34 Pontianak Kota Kecamatan Pontianak Kota

| Kategori | n | % |
|--------------|-----------|------------|
| 10 | 3 | 5,2 |
| 11 | 41 | 70,7 |
| 12 | 14 | 24,1 |
| Total | 58 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar sampel terdapat pada kategori 11 tahun yaitu 70,7%

3. Kelas Sampel

Berikut pada tabel ke 3 disajikan siswa siswi kelas 5 di SDN 34 Pontianak Kota

Tabel 3 Distribusi sampel 5 Di SDN 34 Pontianak Kota Kecamatan Pontianak Kota

| Kategori | n | % |
|--------------|-----------|------------|
| Va | 15 | 25,9 |
| Vb | 15 | 25,9 |
| Vc | 14 | 24,1 |
| Vd | 14 | 24,1 |
| Total | 58 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar sampel terdapat pada kategori kelas Va dan Vb yaitu 25,9 %

B. Analisis Univariat

1. Pengetahuan

pengetahuan di peroleh dengan cara mengisi lembar pertanyaan kuesioner yang di sajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berikut.

Tabel 4 Pengetahuan Sampel Di SDN 34 Pontianak Kota Kecamatan Pontianak Kota

| Kategori | n | % |
|--------------|-----------|------------|
| Baik | 31 | 53,4 |
| Cukup | 17 | 29,3 |
| Kurang | 10 | 17,2 |
| Total | 58 | 100 |

hasil penelitian yang telah di lakukan di SDN 34 Pontianak kota dalam tingkat pengetahuan anak kelas 5 SD sebagian besar sampel terdapat pada kategori baik dalam pemahaman tentang gizi yaitu 53,4%.

2. Status Gizi

Berdasarkan pengumpulan data hasil status gizi di peroleh dengan cara pengukuran antropometri dengan mengukur berat badan menggunakan alat timbangan digital dan untuk mengukur tinggi badan menggunakan alat umur microtoise. Pengukuran status gizi anak usia sekolah dasar menggunakan indikator IMT/U yang di sajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berikut:

Tabel 5 Status Gizi Di SDN 34 Pontianak Kota Kecamatan Pontianak Kota

| Kategori | n | % |
|--------------|-----------|------------|
| Gizi buruk | 3 | 5,2 |
| Gizi kurang | 9 | 15,5 |
| Normal | 36 | 62,1 |
| Gizi lebih | 6 | 10,3 |
| Obesitas | 4 | 6,9 |
| Total | 58 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui hasil penelitian yang telah di lakukan di SDN 34 Pontianak kota dapat diketahui status gizi dengan indeks IMT/U yaitu pengukuran antropometri berupa tinggi badan dan berat badan sebagian besar sampel pada anak kelas 5 memiliki status gizi yang normal yaitu 62,1%.

Kesimpulan

1. Pengetahuan pada anak kelas 5 di SDN 34 Pontianak kota sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi yaitu 53,4%
2. Status gizi pada anak kelas 5 di SDN 34 Pontianak kota sebagian besar memiliki status gizi yang normal yaitu 62,1%

Saran

Diharapkan dari petugas kesehatan khususnya petugas gizi dapat memberikan penyuluhan mengenai pengetahuan yang berkaitan dengan gizi seimbang serta melakukan monitoring pengukuran antropometri berupa tinggi badan dan berat badan pada anak usia sekolah dasar Di SDN 34 Pontianak Kota.

Penilaian status gizi anak sekolah dasar dari kepala 11 menggunakan indeks tinggi badan menurut umur dan indeks massa tubuh menurut umur. Jurnal abdimas, 3(1), 62-7

Dafatr Pustaka

- Latifah, U. (2017). Aspek perkembangan pada anak Sekolah Dasar: Masalah dan perkembangannya. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(2), 185-196.
- Salsabila, D., Hidayanti, L., & Listyawardhani, Y. (2023). Pola Makan Dan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Wilayah Pedesaan Dan Perkotaan. *Jurnal Riset Gizi*, 11(2), 121-126.
- Hasrul, H., Hamzah, H., & Hafid, A. (2020). Pengaruh pola makan terhadap status gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).
- Zuhriyah, A., & Indrawati, V. (2021). Konsumsi energi, protein, aktivitas fisik, pengetahuan gizi dengan status gizi siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo. *GIZI UNESA*, 1(1), 45-52.
- Nuzrina, R., Melani, V., & Ronitawati, P. (2016).