

PENILAIAN STATUS GIZI ANTROPOMETRI PADA ANAK USIA SEKOLAH 6-7 TAHUN

Annisa Mayang Soliha^{1*}, Ayu Amanda Putri², Arini Rahmawati³, Aqiqah
Arrozqaq Ussamawati⁴, Cucun Purnama Sari⁵

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Malahayati

E-mail : annisamayang@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Status gizi anak usia sekolah merupakan indikator penting dalam menilai pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, serta kemampuan belajar anak. Dilansir dari hasil Riskedas Kemenkes di tahun 2018 sebanyak 11,2% anak usia sekolah di Indonesia masih mengalami kondisi gizi kurang. Permasalahan gizi pada kelompok usia ini masih menjadi isu kesehatan masyarakat di Indonesia sehingga memerlukan upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan. Tujuan: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menilai status gizi anak usia sekolah melalui pengukuran antropometri sebagai upaya pemantauan pertumbuhan dan peningkatan kesadaran gizi. Metode: Kegiatan dilaksanakan di SD Negeri 5 Jatimulyo, Kabupaten Lampung Selatan, dengan sasaran 20 anak usia 6-7 tahun. Metode yang digunakan meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT), serta pengelompokan status gizi berdasarkan standar nasional. Hasil: Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 90% anak memiliki status gizi kurang, sedangkan 5% berstatus gizi normal dan 5% berstatus gizi lebih. Kesimpulan: dari kegiatan ini adalah masih tingginya permasalahan gizi pada anak usia sekolah sehingga diperlukan pemantauan pertumbuhan secara berkala serta edukasi gizi berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan.

Kata kunci : pengabdian kepada masyarakat; status gizi; antropometri; IMT; anak usia sekolah

ABSTRACT

Introduction: The nutritional status of school-age children was an important indicator for assessing growth, development, health, and learning ability. Data from the 2018 Riskedas by Kemenkes indicate that 11,2% of school aged children in Indonesia continued to experience undernutrition. Nutritional problems in this age group remained a public health issue in Indonesia and required continuous promotive and preventive efforts. Purpose: This community service activity aimed to assess the nutritional status of school-age children through anthropometric measurements to support growth monitoring and increase nutritional awareness. Method: The activity was conducted at SD Negeri 5 Jatimulyo, South Lampung Regency, involving 20 children aged 6-7 years. The methods included measuring body weight and height, calculating Body Mass Index (BMI), and classifying nutritional status based on national standards. Result: The results showed that 90% of children were underweight, while 5% had normal nutritional status and 5% were overweight. In conclusion, nutritional problems among school-age children were still prevalent, indicating

Annisa Mayang Soliha^{1*}, Ayu Amanda Putri², Arini Rahmawati³, Aqiqah
Arrozqaq Ussamawati⁴, Cucun Purnama Sari⁵

the need for regular growth monitoring and continuous nutrition education as promotive and preventive health efforts.

Keywords : community service; nutritional status; anthropometry; BMI; school-age children

1. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang berada pada fase penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pada tahap ini terjadi peningkatan tinggi badan, berat badan dan perkembangan fisik dan mental yang berlangsung secara berkesinambungan (Rahmidini, 2020). Selain itu, masa sekolah dasar juga menjadi periode awal pembentukan kebiasaan hidup sehat, termasuk pola makan dan aktivitas fisik sehari-hari (Zahroh *et al.*, 2025). Kondisi kesehatan dan status gizi anak pada usia ini sangat berpengaruh terhadap kualitas pertumbuhan, perkembangan kognitif, serta kemampuan belajar di sekolah (Atika *et al.*, 2025).

Menurut Estofany (2022) status gizi merupakan indikator utama dalam menilai keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh. Status gizi yang tidak normal, baik gizi kurang maupun gizi lebih, dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan anak. Gizi kurang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, menurunnya daya tahan tubuh, serta rendahnya konsentrasi belajar, sedangkan gizi lebih berisiko meningkatkan kejadian penyakit tidak menular di masa mendatang (Hamdiana *et al.*, 2025).

Permasalahan gizi pada anak usia sekolah masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia (Iqbal *et al.*, 2021). Data Riskesdas dan Kementerian Kesehatan RI, 2019 mengindikasikan bahwa prevalensi gizi kurang di Indonesia masih mencapai 17,7% dengan 11,2% gizi kurang terjadi pada anak usia sekolah. Faktor penyebabnya antara lain pola makan yang tidak seimbang, kebiasaan jajan yang kurang sehat, serta keterbatasan pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemantauan status gizi secara rutin sebagai langkah promotif dan preventif kesehatan.

Salah satu metode yang sederhana, mudah dan efektif dalam menilai status gizi anak adalah pengukuran antropometri. Penilaian antropometri dilakukan melalui pengukuran berat badan, tinggi badan, dan perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Berdasarkan hal tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menilai status gizi anak usia sekolah melalui pengukuran antropometri sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan di lingkungan sekolah dan masyarakat.

2. MASALAH

SD Negeri 5 Jatimulyo terletak di Kabupaten Lampung Selatan dengan latar belakang sosial ekonomi keluarga siswa yang beragam. Variasi kondisi sosial ekonomi tersebut berpotensi memengaruhi status gizi anak sekolah. Berdasarkan observasi awal, belum pernah dilakukan pemantauan status gizi anak secara rutin di sekolah tersebut. Selain itu, kebiasaan jajan anak dan

kurangnya edukasi gizi menjadi faktor yang berpotensi memengaruhi status gizi siswa. Permasalahan tersebut mendasari dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penilaian status gizi anak usia sekolah.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlokasi di SD Negeri 5 Jatimulyo Kabupaten Lampung Selatan. Berikut peta lokasi kegiatan Pengabdian masyarakat:



Gambar 1. Peta lokasi kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pengertian Status Gizi

Kemendes Mendefinisikan status gizi sebagai kondisi keseimbangan gizi dalam tubuh yang merupakan perwujudan dari asupan makanan serta pemanfaatan zat gizi oleh tubuh. Sedangkan menurut Meryana (2014) dalam Hamzah *et al.*, (2020) Hamzah, dkk (2020) status gizi adalah ekspresi yang menunjukkan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, dikatakan sebagai status gizi optimal jika terjadi keseimbangan antara asupan dengan kebutuhan zat gizi.

b. Pengertian Antropometri

Antropometri adalah sebuah metode untuk mengevaluasi status kesehatan umum, kecukupan gizi dan komposisi tubuh manusia, misalnya berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas dan lainnya yang dapat menjadi bahan penilaian status gizi dan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak serta dapat mendeteksi permasalahan gizi, seperti stunting, kurang gizi, atau obesitas sejak dini (Estofany, 2022).

c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Status Gizi

Annisa Mayang Soliha^{1*}, Ayu Amanda Putri², Arini Rahmawati³, Aqiqah Arrozzaq Ussamawati⁴, Cucun Purnama Sari⁵

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi status gizi pada anak sekolah diantaranya yaitu pola konsumsi makanan sehari-hari, aktivitas fisik dan kondisi kesehatan. diah, 2019. pola konsumsi makanan sehari sangat berpengaruh pada status gizi seorang anak, karena pada makanan mengandung sumber utama gizi yang dibutuhkan oleh tubuh yang menentukan kecukupan, keseimbangan, dan kualitas gizi yang masuk ke dalam tubuh. pola makan yang baik menghasilkan status gizi yang baik, sedangkan pola makan yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai masalah gizi. Aktifitas fisik menentukan seberapa besar penggunaan energi yang gunakan. Kurangnya aktivitas fisik dapat menurunkan efisiensi metabolisme dan meningkatkan risiko gangguan gizi, seperti obesitas atau penurunan massa otot. sedangkan, kondisi kesehatan menentukan kemampuan tubuh memanfaatkan zat gizi (Husada Borneo, 2023).

d. Tanda dan Gejala Permasalahan Gizi

Seorang anak yang mengalami permasalahan gizi akan mengalami tanda atau gejala seperti badan lemas, mudah lelah, malas beraktivitas, dan mudah terserang penyakit yang pada akhirnya akan mengganggu anak dalam melakukan prose belajar (Nabila, 2022).

e. Upaya Mencegah Terjadinya Permasalahan Gizi

Upaya dalam mencegah terjadinya masalah gizi pada anak khususnya di usia sekolah dapat dilakukan secara promotif dan preventif. Upaya ini dilakukan dengan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan pemahaman melalui edukasi terkait gizi seimbang, promosi makanan bergizi, dan menerapkan kebiasaan hidup sehat kepada ibu dan anak (Syamson *et al.*, 2025).

4. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan deskriptif dan edukatif. Sasaran kegiatan adalah anak usia sekolah dasar yang berusia 6-7 tahun dengan jumlah 20 siswa, dengan total anak Laki-laki 13 siswa dan anak Perempuan 7 siswa di SD Negeri 5 Jatimulyo, Kabupaten Lampung Selatan. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

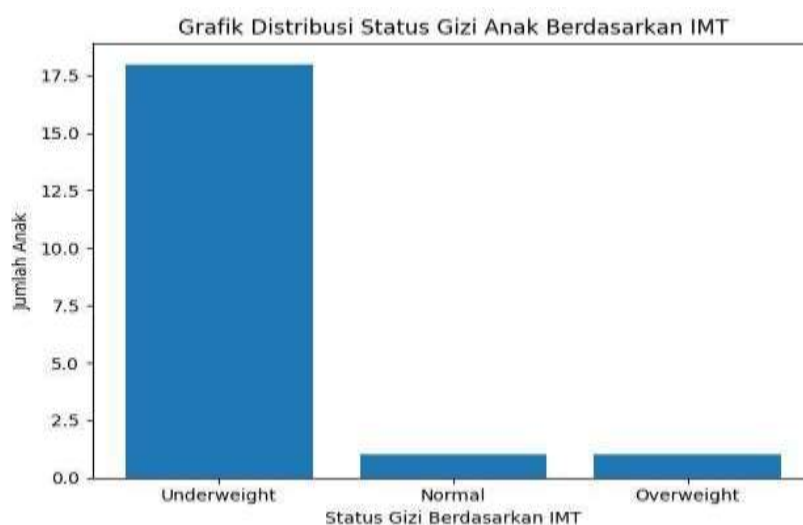
1. **Persiapan**, yaitu berupa koordinasi dengan pihak sekolah dan persiapan alat pengukuran.
2. **Pelaksanaan pengukuran antropometri**, yaitu pengukuran berat badan menggunakan timbangan dan tinggi badan menggunakan microtoise.
3. **Pengolahan data**, yaitu dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) menggunakan rumus $IMT = \text{berat badan (kg)} / \text{tinggi badan (m)}^2$, kemudian diklasifikasikan berdasarkan standar rujukan.
4. **Edukasi singkat**, yaitu berupa penyampaian informasi kepada guru dan siswa mengenai pentingnya gizi seimbang dan pemantauan pertumbuhan anak.

Pengukuran dilakukan secara langsung dengan prosedur standar dan setiap pengukuran dilakukan dua kali untuk meningkatkan akurasi hasil.

Tabel 1. Karakteristik responden anak usia sekolah

Karakteristik Responden	Jumlah Anak	Persentase (%)
Usia 6 tahun	9	45,0
Usia 7 tahun	11	55,0
Laki-laki	13	65,0
Perempuan	7	35,0

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar anak berusia 7 tahun dan berjenis kelamin laki-laki. Distribusi karakteristik responden secara lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 1. Karakteristik Responden Anak Usia Sekolah.



Gambar 2. Distribusi status gizi anak berdasarkan IMT

Pada gambar 2 menunjukkan distribusi status gizi anak berdasarkan perhitungan IMT. Sebagian besar anak berada pada kategori status gizi kurang (*underweight*), sedangkan hanya sebagian kecil yang berada pada kategori status gizi normal dan gizi lebih.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa dari 20 anak usia 6-7 tahun yang dilakukan pengukuran antropometri, sebagian besar anak berada pada kategori status gizi kurang (*underweight*) yaitu sebesar 90%. Sementara itu, masing-masing 5% anak berada pada kategori status gizi normal dan status gizi lebih (*overweight*). Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi kurang masih mendominasi pada kelompok anak usia sekolah di lokasi kegiatan.

Tingginya proporsi status gizi kurang mengindikasikan adanya ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh anak. Kondisi ini diduga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pola makan anak yang belum memenuhi prinsip gizi seimbang, kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan yang rendah zat gizi, serta keterbatasan pengetahuan anak

dan orang tua mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi harian. Pada usia sekolah, anak cenderung memilih makanan berdasarkan rasa dan tampilan, sehingga berisiko mengabaikan kualitas gizi makanan yang dikonsumsi.

Status gizi yang kurang pada anak usia sekolah berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta menurunnya konsentrasi dan kemampuan belajar di sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa status gizi memiliki hubungan yang erat dengan kondisi kesehatan dan prestasi belajar anak. Anak dengan status gizi kurang cenderung lebih mudah mengalami kelelahan dan kurang optimal dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan penilaian status gizi dengan antropometri (Tinggi badan dan berat badan)



Gambar 4. Dokumentasi tim pelaksana bersama para peserta dan guru

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, pihak sekolah memperoleh gambaran awal mengenai kondisi status gizi siswanya. Informasi ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak secara berkala serta sebagai bahan pertimbangan dalam perencanaan program kesehatan sekolah. Selain itu, edukasi gizi yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran anak, guru, dan orang tua mengenai pentingnya penerapan pola makan gizi seimbang sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah.

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penilaian status gizi anak usia sekolah dengan metode antropometri menunjukkan bahwa sebagian besar anak di SD Negeri 5 Jatimulyo memiliki status gizi kurang. Oleh karena itu, diperlukan pemantauan status gizi secara berkala serta edukasi gizi berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan dan tumbuh kembang anak.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Atika, R. A., Safirza, S., Elmiyati, Nora, S., & Riezky, A. K. (2025). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Pada Anak SDN Lamreung. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 3(3), 1359-1363. <https://doi.org/10.61579/future.v3i3.581>
- Estofany, F. (2022). *Konsep Dasar dan Sejarah Perkembangan Ilmu Gizi*. Keslan.Kemkes.Go.Id/. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/728/konsep-dasar-dan-sejarah-perkembangan-ilmu-gizi
- Hamdiana, H., Amir, D. S., & Melinda, M. (2025). Analisis Asupan Makanan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Remaja di SMPN 3 Awangpone. *Syntax Idea*, 7(10), 1224-1237. <https://doi.org/10.46799/syntaxidea.v7i10.13570>
- Hamzah, Hasrul, & Hafid, A. (2020). Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *FAKUMI MEDICAL JOURNAL: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 54-59. <https://doi.org/10.33096/fmj.v1i1.9>
- Husada Borneo, A. (2023). *Status Gizi Menurut Kemenkes dan Faktor yang Mempengaruhi*. <https://stikeshb.ac.id/>.
- Indonesia, K. K. R. (2019). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (pp. 70-75). https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf
- Iqbal, M., Desreza, N., & Resta, S. H. (2021). *Edukasi Pentingnya Makanan Bergizi Dan Memilih Jajanan Sehat Bagi Anak Usia Sekolah*. 32(3), 167-186.
- Nabila, A. J. (2022). Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(2), 21-27.
- Rahmidini, A. (2020). Literatur Review: Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Motorik Dan Kognitif Anak. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan "Peran Tenaga Kesehatan Dalam Menurunkan Kejadian Stunting" Tahun 2020*, 90-104.
- Syamson, M. M., Zainab, Z., Hasanuddin, I., Sulaeman, S., Purnama AL, J., Murtini, M., Faridah, F., & Suparta, S. (2025). Edukasi preventif dan promotif dalam upaya pencegahan stunting di Desa Tuncung Kecamatan Maiwa Kabupaten Enrekang. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 5(1), 1-6. <https://doi.org/10.56922/phc.v5i1.700>
- Zahroh, E. F., Yunengsih, S., Rahayu, W., Utami, T., & Fadzillah, T. (2025). *Edukasi pola hidup sehat dan gizi seimbang di SDN Sikulan 3 Kecamatan Jiput Kabupaten Pandeglang*. 02(September), 58-61.