

## GAMBARAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN KUTA BARO KABUPATEN ACEH BESAR

Ayunda Isfahani<sup>1</sup>, Isfanda<sup>2\*</sup>, Yuni Rahmayanti<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama

<sup>2</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama

\*)Email korespondensi: isfanda\_fk@abulyatama.ac.id

**Abstract: An Overview of the Nutritional Status of Primary School-age Children in Kuta Baro Sub-district, Aceh Besar District.** Nutritional status is defined as the balance between the intake of nutrients received and those which are required by the body. Such an imbalance can lead to malnutrition, either in the form of undernutrition or overnutrition, which will be affecting the health of any individuals, especially the primary school-age children. This study aims to evaluate the nutritional status of primary school-age children in Kuta Baro Sub-district, Aceh District. The method used in this study was a descriptive method and the data was being collected through anthropometric measurements. The samples consisted of 164 elementary school students. The data obtained were analyzed descriptively to see the distribution of the nutritional status. The results showed that 58.3% of students had good nutritional status, 33.5% were underweight, 6.1% were overweight, and 3.1% were obese. The conclusion of this study shows that the majority of students have good nutritional status, but there is still a proportion who experience malnutrition and overnutrition. Further attention to the nutritional status of school-age children is needed to prevent negative impacts on their growth and development.

**Keywords:** Anthropometry, nutritional status, primary school children.

**Abstrak: Gambaran Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.** Status gizi merupakan keseimbangan antara asupan gizi yang diterima dengan yang dibutuhkan tubuh. Ketidakseimbangan ini dapat menyebabkan malnutrisi, baik dalam bentuk gizi kurang maupun gizi lebih, yang berpengaruh terhadap kesehatan anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Kuta Baro, Provinsi Aceh. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pengambilan data melalui pengukuran antropometri. Sampel penelitian terdiri atas 164 siswa sekolah dasar. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk melihat distribusi status gizi responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 58,3% siswa memiliki status gizi baik, 33,5% mengalami gizi kurang, 6,1% mengalami gizi lebih, dan 3,1% tergolong obesitas. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki status gizi baik, namun masih terdapat proporsi yang mengalami gizi kurang dan gizi lebih. Diperlukan perhatian lebih lanjut terhadap status gizi anak sekolah guna mencegah dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka.

**Kata kunci:** Antropometri, status gizi, siswa sekolah dasar

### PENDAHULUAN

Status gizi merupakan keseimbangan antara asupan gizi yang diterima dengan yang dibutuhkan tubuh, serta dapat digunakan untuk mempertahankan cadangan makanan sebagai kompensasi untuk zat-zat tubuh

yang hilang. Ketidakseimbangan dari asupan gizi dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan (Fernández-Lázaro D, Seco-Calvo J, 2023).

Secara global, setiap negara menghadapi beban ganda dari masalah gizi, yang mencakup gizi kurang dan gizi

lebih. Kekurangan gizi termasuk *wasting*, *stunting*, serta defisiensi vitamin atau mineral. Gizi lebih mencakup kelebihan berat badan dan obesitas (WHO, 2023). Menurut Yang F. (2021), gizi berpengaruh terhadap status kesehatan, khususnya bagi anak usia sekolah sebagai kelompok yang rentan, dimana status gizi berperan sebagai landasan kesehatan untuk tumbuh kembang anak dalam mengurangi angka morbiditas, disabilitas, dan mortalitas. Nutrisi dari zat gizi tersebut berperan dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, proses metabolisme dan perbaikan jaringan tubuh. Anak-anak yang mengalami defisit pertumbuhan, akibat *stunting* dan *wasting* yang terjadi secara bersamaan, memiliki risiko mortalitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang hanya mengalami satu jenis defisit gizi (Thurstans et al, 2022). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2023), prevalensi *stunting* di Indonesia mencapai 21,6%. Angka ini masih lebih tinggi dibandingkan dengan target WHO (*World Health Organization*), yaitu 20%. Di Provinsi Aceh, prevalensi *stunting* bahkan melebihi rata-rata nasional, sehingga menjadi isu penting dalam bidang kesehatan masyarakat.

Menurut Leviana (2024) dan Hamzah (2020), status gizi anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan, serta termasuk tingkat pendidikan orang tua. Oleh karena itu, diperlukan evaluasi yang komprehensif untuk menilai status gizi anak (Ferrie S, 2020). Penilaian status gizi berdasarkan NACS (*Nutrition Assessment, Counseling, and Support*), bertujuan untuk mengidentifikasi kelompok yang berisiko akan malnutrisi; mengidentifikasi kelompok malnutrisi untuk mendapatkan intervensi pengobatan; melacak pertumbuhan anak; mengidentifikasi komplikasi medis; mendeteksi praktik-praktik yang dapat meningkatkan risiko malnutrisi dan infeksi; menginformasikan pendidikan dan konseling gizi; dan menetapkan rencana perawatan gizi yang tepat.

Nutrisi yang cukup sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, proses metabolisme, serta perbaikan jaringan tubuh. Anak usia sekolah termasuk kelompok rentan yang membutuhkan pemantauan gizi secara berkala untuk mencegah dampak negatif dari ketidakseimbangan gizi. Kecamatan Kuta Baro, sebagai bagian dari Provinsi Aceh, menghadapi tantangan dalam hal status gizi anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai status gizi anak sekolah dasar di wilayah tersebut serta menjadi dasar dalam perencanaan intervensi gizi yang lebih efektif. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai kondisi gizi anak, diharapkan upaya pencegahan dan perbaikan status gizi dapat dilakukan secara lebih optimal.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan observasional dengan pendekatan deskriptif, dimana peneliti mengamati fenomena tanpa ada intervensi apa pun terhadap variabel yang diteliti. Variabel pada penelitian ini adalah status gizi, yang didapatkan dari data primer berupa pengukuran antropometri, yaitu pengukuran berat badan dan tinggi badan dari populasi dalam penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar dari tiga sekolah dasar di Kecamatan Kuta Baro, yaitu SD Negeri Ateuk, SD Negeri Cot Bambu, dan SD Negeri Cot Preh, dengan subjek yang diambil adalah murid-murid dari kelas 1 sampai kelas 3. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian berjenis *total sampling*. Sampel yang didapatkan berjumlah 184 murid, dengan 164 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan 20 orang lainnya menjadi eksklusi dari penelitian. Kriteria inklusi terdiri atas murid-murid yang setuju untuk berpartisipasi dan mendapatkan persetujuan atau *informed*

*consent* dari orang tua/walinya. Sedangkan murid-murid yang tidak hadir saat hari penelitian dilakukan menjadi eksklusif dari penelitian.

Pengukuran antropometri dilakukan dengan alat berupa timbangan berat badan untuk menghitung berat badan dan *stature meter* untuk mengukur tinggi badan. Hasil dari pengukuran antropometri tersebut dikategorikan dalam empat kelompok, yaitu gizi kurang, gizi baik/normal, gizi lebih, dan obesitas. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat yang berjenis uji kategorisasi dari variabel penelitian. Data kategorik dari hasil

analisis disajikan menggunakan distribusi frekuensi dan presentase dari variabel tersebut. Data dari kondisi gizi dinilai berdasarkan interpretasi dari *Z-Score The WHO Reference 2007* dengan menggunakan rumus  $IMT/U$ , dimana  $-3 SD$  sd  $<-2 SD$  dikategorikan dalam kelompok gizi kurang,  $-2 SD$  sd  $+1 SD$  dikategorikan dalam gizi baik/normal,  $+1 SD$  sd  $+2 SD$  dikategorikan sebagai gizi lebih, dan  $>+2$  dikategorikan sebagai obesitas. Penelitian ini telah lolos kaji etik oleh Komisi Etik Penelitian Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Meuraxa dengan nomor 23/04/etik-penelitian/2024.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Hasil Status Gizi**

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi Kurang	55	33,5
Gizi Normal	94	57,3
Gizi Lebih	10	6,1
Obesitas	5	3,1
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, hasil dari pengukuran antropometri menunjukkan variasi distribusi yang signifikan di antara 164 siswa. Hasil tersebut dibedakan atas kategori gizi kurang, normal, berlebih, dan obesitas. Sebanyak 55 siswa atau 33,5% dari seluruh total sampel mengalami gizi kurang. Mayoritas besar, yakni 94 siswa atau 57,3%, berada dalam rentang gizi

normal. Sementara itu, 10 orang atau 6,1% dari siswa-siswa tersebut mengalami gizi berlebih, dan hanya 5 siswa atau 3,1% yang tergolong dalam kategori obesitas. Berdasarkan tabel 2, dari 164 responden, sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 62,2%.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	102	62,2
Perempuan	62	37,8
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3, dari 164 responden, mayoritas responden berusia 8 tahun (40,2%), lalu diikuti usia 7 tahun (29,3%). Responden paling sedikit berusia 6 tahun dan 11 tahun (masing-masing 0,6%). Berdasarkan tabel 4, sebagian besar responden memiliki

berat badan 20-24 kg (32,3%) dan 25-29 kg (23,8%). Responden dengan berat badan  $>35$  kg (9,8%) lebih sedikit dibanding kelompok lainnya. Kelompok dengan berat badan  $<15$  kg (3,7%) merupakan kelompok paling sedikit.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
6 tahun	1	0,6
7 tahun	48	29,3
8 tahun	66	40,2
9 tahun	42	25,6
10 tahun	6	3,7
11 tahun	1	0,6
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100</b>

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan**

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
<15 kg	6	3,7
15 - 19 kg	38	23,2
20 - 24 kg	53	32,3
25 - 29 kg	39	23,8
30 - 34 kg	12	7,3
> 35 kg	16	9,8
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100</b>

## PEMBAHASAN

Hasil analisis status gizi menunjukkan adanya variasi yang signifikan di antara 164 siswa yang menjadi subjek penelitian. Data gizi tersebut dikategorikan ke dalam empat jenis, yaitu gizi kurang, gizi normal, gizi berlebih, dan obesitas. Dari total 164 siswa yang diteliti, sebanyak 55 siswa atau 33,5% dari seluruh total sampel mengalami gizi kurang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian dari populasi siswa menghadapi masalah gizi yang dapat berpotensi mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Mayoritas besar, yakni 94 siswa atau 57,3%, ditemukan berada dalam rentang gizi normal. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dalam penelitian memiliki status gizi yang sesuai dengan standar. Sebanyak 10 siswa atau 6,1% dari seluruhnya tergolong dalam kategori gizi berlebih. Ini menunjukkan adanya kecenderungan menuju *overweight* di antara sebagian kecil populasi siswa, yang dapat meningkatkan risiko terhadap masalah kesehatan. Hanya 5 orang atau 3,1% dari total sampel tergolong dalam kategori obesitas. Meskipun jumlahnya relatif kecil, obesitas merupakan masalah serius yang perlu diperhatikan

karena dapat berdampak negatif terhadap kesehatan secara keseluruhan.

Distribusi data antropometri tersebut memberikan gambaran tentang status gizi siswa di dalam populasi yang diteliti. Masalah gizi kurang yang cukup signifikan perlu menjadi perhatian serius dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup siswa. Sementara itu, tingginya proporsi siswa dengan gizi normal menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki kondisi gizi yang memadai.

Analisis dari data antropometri tersebut menggambarkan hasil yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hayatunnufus, dkk (2021). Penelitian terdahulu tersebut menyoroti kondisi gizi siswa dengan mayoritas gizi yang baik, mencapai 78,0%. Hasil ini menegaskan bahwa sebagian besar populasi siswa yang disurvei memiliki asupan gizi yang memadai dan kesehatan yang baik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan dukungan empiris terhadap keberhasilan upaya-upaya untuk memantau dan meningkatkan kondisi gizi siswa di lingkungan pendidikan.

Hasil analisis gizi dari penelitian ini juga memperlihatkan relevansi temuan dalam konteks kebijakan kesehatan publik, di mana peningkatan kualitas gizi

siswa merupakan fokus utama untuk mendukung perkembangan fisik dan kognitif. Data ini dapat menjadi dasar yang kuat untuk mengembangkan strategi intervensi lebih lanjut guna memastikan bahwa siswa-siswa tetap mempertahankan dan meningkatkan status gizi mereka. Selain itu, penelitian ini memberikan landasan empiris bagi para pengambil kebijakan untuk merancang program-program yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan siswa secara keseluruhan, seperti dengan mengatasi masalah gizi kurang dan mencegah peningkatan kasus gizi berlebih serta obesitas. Dengan demikian, hasil ini tidak hanya memberikan gambaran kondisi saat ini, tetapi juga menunjukkan arah yang dapat diambil untuk peningkatan masa depan kesejahteraan siswa di institusi pendidikan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa anak-anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kuta Baro yang mengalami kondisi gizi kurang berjumlah 33,5%, gizi baik atau normal berjumlah 58,3%, gizi lebih berjumlah 6,1%, dan obesitas berjumlah 3,1%. Mayoritas siswa memiliki status gizi baik, namun masih terdapat proporsi yang mengalami gizi kurang dan gizi lebih. Diperlukan perhatian lebih lanjut terhadap status gizi anak sekolah guna mencegah dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fernández-Lázaro D, Seco-Calvo J. Nutrition, Nutritional Status and Functionality. *Nutrients*. 2023;15(8):1-2. doi:10.3390/nu15081944.
- World Health Organization (WHO). Nutrition. Accessed December 4, 2023. <https://www.who.int/health-topics/nutrition>.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020

Tentang Standar Antropometri Anak.

- Thurstans S, Sessions N, Dolan C, et al. The relationship between wasting and stunting in young children: A systematic review. *Matern Child Nutr*. 2022;18(1). doi:10.1111/mcn.13246.
- Leviana, S., & Agustina, Y. (2024). Analisis Pola Makan dengan Status Gizi pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1635-1656. DOI: 10.33024/mnj.v6i4.10864.
- Hamzah, H., Hasrul, H., & Hafid, A. (2020). Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 70-75.
- Ferrie S. What is nutritional assessment? A quick guide for critical care clinicians. *Australian Critical Care*. 2020;33(3):295-299. doi:10.1016/j.aucc.2020.02.005.
- NACS. Nutrition Assessment, Counseling, and Support (NACS): A User's Guide—Module 2: Nutrition Assessment and Classification, Version 2. *Nutrition Assessment, Counseling, and Support (NACS)*. 2:1-12.
- Hayatunnufus, Mulyatina, Desreza N. Hubungan Tingkat Status Gizi Anak Usia Sekolah dengan Prestasi Belajar Murid Sekolah Dasar Dham Ceukok Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Aceh Medika*. 2021;9623(2):36-46.
- Yang F, Yang Y, Zeng L, Chen Y, Zeng G. Nutrition Metabolism and Infections. *Infectious Microbes and Diseases*. 2021;3(3):134-141. doi:10.1097/IM9.0000000000000061.