



## Status Gizi Siswa pada Sekolah Dasar Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan

**Rikardo, Aldo Naza Putra, Zulbahri, Nurul Ihsan, Riand Resmana**

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang  
[rikardorikardo063@gmail.com](mailto:rikardorikardo063@gmail.com) [aldoaquino87@fik.unp.ac.id](mailto:aldoaquino87@fik.unp.ac.id) [zulbahri@fik.unp.ac.id](mailto:zulbahri@fik.unp.ac.id)  
[dr.nurulihisan.mpd@gmail.com](mailto:dr.nurulihisan.mpd@gmail.com), [riandresmana@fik.unp.ac.id](mailto:riandresmana@fik.unp.ac.id)

### Kata Kunci : Status Gizi

**Abstrak** : Penelitian bertujuan untuk mengetahui Status gizi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan, status gizi siswanya sangat buruk. Jenis penelitian adalah deskriptif. Teknik Pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling*. Sampel adalah siswa kelas V. Jumlah sampel sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan data dengan observasi dan melakukan pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) siswa terpilih sebagai sampel penelitian. Teknik analisis dalam penelitian ini adalah  $P=f/n \times 100\%$ . Hasil Status Gizi Siswa Putra ditemukan bahwa status gizi diolah melalui IMT dari 13 orang siswa putra adalah yang memiliki IMT Kurus sebanyak 8 orang (61,5%) memiliki IMT normal 4 orang (30,8%), dan memiliki IMT gemuk 1 orang (7,7%) siswa. Status Gizi Siswa Putri ditemukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 17 orang siswa putra adalah yang memiliki IMT Kurus sebanyak 13 orang (76,5%) siswa, memiliki IMT normal 4 orang atau (23,5%), dan memiliki IMT gemuk 0 orang (0%) siswa.

**Keywords** : *Nutritional Status*

**Abstract** : *The study aims to determine the nutritional status of students in the learning of health workers at SD Negeri 13 Pasar Kambang, Pesisir Selatan Regency, the nutritional status of students is very poor. This type of research is descriptive. The sampling technique is Purposive Sampling. The sample are students grade V. The total sample was 30 people. Data collection techniques by observation and measuring the Body Time Index (BMI) of selected students as research samples. The analysis technique in this study is  $P=f/n \times 100\%$ . The results of the Nutritional Status of Male Students found that nutritional status processed through BMI from 13 male students were those who had a Thin BMI of 8 people (61.5%) had a normal BMI of 4 people (30.8%), and had a fat BMI of 1 person (7.7%) students. The Nutritional Status of Female Students was found that the nutritional status processed through BMI from 17 male students was those who had a Skinny BMI of 13 people (76.5%) students, had a normal BMI of 4 people or (23.5%), and had a fat BMI of 0 people (0%) students.*

### PENDAHULUAN

Berdasarkan studi pendahuluan yang

penulis lakukan dengan melakukan analisis dokumenter terhadap Status gizi siswa SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir

Selatan pada semester I tahun ajaran 2021/2022, belumlah dapat dikatakan dalam keadaan baik. Untuk itu di perlukan adanya peranan dari orang tua dalam mengatur gizi siswa, perhatian sekolah dan guru di sekolah dalam memperhatikan gizi siswa. Status gizi siswa yang berada dalam keadaan baik dapat dilihat dari bentuk berat badan siswa yang ideal, semangat siswa yang tinggi, siswa tidak gampang terjangkit penyakit. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa status gizi siswa SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan, akan baik apabila keadaan berat siswa sesuai dengan idealnya.

Zarwan dkk (2020) menjelaskan Faktor-faktor tersebut sangat terkait dengan tingkat pendidikan, pengetahuan, dan keterampilan keluarga. Makin tinggi pendidikan, pengetahuan dan keterampilan terdapat kemungkinan makin baik tingkat ketahanan pangan keluarga, makin baik pola pengasuhan anak dan keluarga makin banyak memanfaatkan pelayanan yang ada. Willadi (2020) mengemukakan Status gizi dalam dunia pendidikan memiliki peranan penting bagi siswa dalam menjalani PBM di sekolah. Edwarsyah (2022) Perbaikan status gizi perlu ditanamkan pada siswa dari usia dini agar mendapatkan energi yang cukup dan gizi yang seimbang dan sangat penting bagi siswa yang berada pada masa pertumbuhan, unsur gizi yang terdapat dalam makanan juga harus seimbang.

Tujuan penelitian ini sesuai dengan rumusan masalah di atas adalah untuk mengetahui Status gizi siswa di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan.

## METODE

Jenis penelitian ini bersifat korelasional,

bertujuan untuk mengungkapkan status gizi siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Populasi penelitian ini adalah adalah siswa-siswi SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan dengan jumlah 218 orang siswa. Penarikan sampel dengan teknik *purposive sampling* yakni kelas V yang berjumlah 30 orang, sedangkan kelas I, II, III dan IV tidak diikuti. Adapun alasan pengambilan sampel ini didasarkan atas pertimbangan bahwa kelas I, II, III, dan IV belum bisa menganalisa bentuk tes yang akan dilakukan, sedangkan kelas VI sedang persiapan ujian sekolah. Sampel tersebut adalah siswa kelas V SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan. Jumlah sampel sebanyak 30 orang yang terdiri dari 13 orang putra dan 17 orang putri. menghitung klasifikasi status gizi berdasarkan persamaan Indeks Massa Tubuh (IMT). Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik persentase atau teknik analisis statistik deskriptif

## HASIL

### 1. Status Gizi Putra

Dari table hasil IMT kelas V untuk penilaian gizi putra diatas di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 13 orang siswa putra adalah yang memiliki IMT kurus sebanyak 8 orang dengan ukuran IMT 17,0 – 18,4. Siswa yang berukuran normal 4 orang dengan ukuran IMT 18,4-25,0. Sedangkan untuk ukuran IMT Gemuk sebanyak 1 orang dengan ukuran IMT 25,1-27,0. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari table frekuensi dari beberapa banyak IMT yang timbul :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi IMT ( Putra )**

No	Kategori	Skor	Persen
1	Kurus	8	61,5
2	Normal	4	30,8
3	Gemuk	1	7,7
<b>Jumlah</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

## 2. Status Gizi Putri

Dari table hasil IMT kelas Va untuk penilaian gizi purti diatas di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 17 orang siswa putri yaitu: IMT kurus sebanyak 13 orang dengan ukuran IMT 17,0 – 18,4. Siswa yang berukuran normal 4 orang dengan ukuran IMT 18,4-25,0. Sedangkan untuk ukuran IMT Gemuk sebanyak 0 orang dengan ukuran IMT 25,1- 27,0. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari table frekuensi dari beberapa banyak IMT yang timbul :

**Tabel 2. Frekuensi IMT (Putri)**

No	Kategori	Skor	Persen
1	Kurus	13	76,5
2	Normal	4	23,5
3	Gemuk	0	0,0
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>100</b>

## PEMBAHASAN

### 1. Status Gizi Siswa Putra

Setelah peneliti jelaskan pada bab terdahulu bahwa Status Gizi Siswa Putra merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam mengetahui Tinjauan Status Gizi Siswa di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan. Setelah peneliti melakukan analisis data terhadap Status Gizi Siswa Putra, ternyata ditemukan banyak perbedaan status gizi siswa putra di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten

Pesisir Selatan, berdasarkan hasil tes terhadap status gizi siswa melalui rumusan IMT di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan, yang dipilih menjadi sampel penelitian, maka ditemukan hasil status gizi siswa putra yang memiliki gizi kurus sebanyak 8 orang atau (61,5%) siswa, yang berukuran normal 4 orang atau (30,8%) dan gizi gemuk sebanyak 1 orang atau (7,7%) siswa.

Sesuai masalah yang peneliti tulis dalam sub. Variabel, ditemukan bahwa status gizi siswa putra kebanyakan kurang baik. Hal tersebut terbukti dari hasil analisis bahwa siswa yang memiliki ukuran IMT banyak yang Underweight. Dengan demikian status gizi putra di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan masih dinilai kurang.

Berdasarkan hasil wawancara langsung peneliti terhadap Kepala sekolah di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan. Status gizi siswa putra kurang diperhatikan oleh orang tua siswa dirumah. Selain itu siswa putra kebanyakan malas makan. Selain itu akibat kenakalan remaja siswa putra di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan, mayoritas perokok berat. Maka dari itu keadaan gizi siswa putra masih kurang

### 2. Status Gizi siswa Putri

Status Gizi Siswa Putri merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam mengetahui Tinjauan Status Gizi Siswa di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan. Setelah peneliti melakukan analisis data terhadap Status Gizi Siswa Putri, ternyata ditemukan banyak perbedaan status gizi siswa putri di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir

Selatan, berdasarkan hasil tes terhadap status gizi siswa melalui rumusan IMT di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan, yang dipilih menjadi sampel penelitian, maka ditemukan hasil status gizi siswa putri yang memiliki gizi kurus sebanyak 13 orang atau (76,5%) siswa, yang berukuran normal 4 orang atau (23,5%) dan gizi gemuk sebanyak 0 orang atau (0%) siswa.

Sesuai masalah yang peneliti tulis dalam sub. Variabel, ditemukan bahwa status gizi siswa putri kebanyakan kurang baik. Hal tersebut terbukti dari hasil analisis bahwa siswa yang memiliki ukuran IMT banyak yang kurus. Dengan demikian status gizi putri di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan masih dinilai normal. Namun demikian perbedaan status gizi normal dan kurang sama banyak.

Berdasarkan hasil wawancara langsung peneliti terhadap Kepala sekolah di SD Negeri 13 Pasar Kambang Kabupaten Pesisir Selatan. Status gizi siswa putri Cukup diperhatikan oleh orang tua siswa dirumah. Selain itu siswa putri kebanyakan suka memakan makan ringan namun demikian siswa putri agak sedikit malas untuk makan.

Pengertian ini bersifat umum dan mempunyai cakupan makna yang luas karena kondisi tubuh individu yang dipengaruhi oleh zat makanan cukup kompleks. Zat makanan antara lain dapat berpengaruh pada faktor fisik seperti kesehatan badan dan faktor psikis misalnya inteligensi. Dari berbagai pendapat di atas, dapat diartikan bahwa Status Gizi adalah keadaan yang menggambarkan tingkat kecukupan gizi seseorang yang berpengaruh pada kesehatan tubuh.

Status gizi yang normal sangat penting

bagi seseorang dalam menjalankan aktivitas serta untuk pertumbuhan dan perkembangan. Selain adanya energi yang mampu menggerakkan fungsi fisiologis dalam tubuh.

Disamping itu, menurut Seto, (2001) Seorang anak yang sehat dan optimal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya "tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan kekurangan atau kelebihan zat gizi akan dimanifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang dan pola yang standar".

Pertumbuhan fisik sering dijadikan indikator untuk mengukur status gizi anak-anak yang menderita gizi kurang berpenampilan lebih pendek dengan berat badan lebih rendah dibandingkan rekan-rekan sebayanya yang sehat dan bergizi baik. Oleh karena itu penurunan badan ini sering digunakan untuk melihat anak-anak yang mengalami kurang gizi. Dimungkinkan anak-anak yang berasal dari keluarga dengan tingkat sosial ekonomi rendah.

Untuk itu di harapkan anak-anak selalu mengkonsumsi pola makanan sehat, agar anak tersebut tetap dalam keadaan Status gizi yang baik (normal). Keadaan status gizi yang baik diharapkan berdampak pada kesegaran jasmani yang baik pula.

## SIMPULAN

Simpulan dari penelitian adalah 1) Status Gizi Siswa Putra di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 13 orang siswa putra adalah yang memiliki IMT Kurus sebanyak 8 orang atau 61,5%. Siswa yang berukuran normal 4 orang 30,8%. Sedangkan untuk ukuran IMT Gemuk

sebanyak 1 orang atau 7,7%, 2) Status Gizi Siswa Putri di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 17 orang siswa pura adalah yang memiliki IMT Kurus sebanyak 13 orang atau 76,5%. Siswa yang berukuran normal 4 orang 23,5%. Sedangkan untuk ukuran IMT Gemuk sebanyak 0 orang atau 0%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Harahap, D., Edwarsyah, E., Zarwan, Z., & Syampurma, H. 2022. *Tinjauan Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Tajung Raya Kabupaten Agam*. Jurnal JPDO, 5(9), 8-14.
- nofrizal, yosef, zarwan, zarwan, & Eldawaty, E. 2020. *Tinjauan Status Gizi Peserta Didik SD Negeri 03 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Pesisir Selatan*. Jurnal JPDO, 3(6), 21-23.
- Rizki, W., & Rasyid, W. 2020. *Analisis Status Gizi Siswa SD Negeri di Desa Sikabalu Kecamatan Siberut Utara Kabupaten Kepulauan Mentawai*. Jurnal JPDO, 3(2), 6-10.
- Seto, Sagung. 2001. *Gizi Dalam daur Kehidupan*. Jakarta : Gramedia.