

SCREENING STATUS NUTRISI DAN EDUKASI GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI KELURAHAN KUMBE KEC. RASANAE TIMUR KOTA BIMA NUSA TENGGARA BARAT

Zahratul Hayati^{1*}, Nini Niatullah Aliyati², Susanti³, Ratu Julianti⁴, Putri Wahyuningsih⁵, Sri Muliati⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi D III Kebidanan, Akademi Kebidanan Surya Mandiri Bima, Kota Bima, Indonesia
email: zahratulhayati.fkmuh@gmail.com

Abstrak

Status gizi anak sangat berkaitan erat dengan masalah kesehatan anak. Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sebagai, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengukuran proses tubuh. Perilaku pemenuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar. Anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang. Permasalahan gizi pada anak merupakan salah satu dampak dari ketidakseimbangan status gizi kesehatan di beberapa negara berkembang di Provinsi Nusa Tenggara Barat melalui studi literatur review menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab gizi buruk pada anak yaitu status ekonomi, status pendidikan dan pola asuh. Anak sekolah dengan pola makan seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik. Status gizi merupakan faktor penting dalam menjamin perkembangan dan pertumbuhan seorang anak yang optimal. Penilaian status gizi berkala merupakan upaya dalam deteksi dini malnutrisi sehingga dapat dilakukan tindakan yang semestinya. Upaya deteksi dini status gizi anak sekolah melalui tim dosen pengabdian kepada masyarakat prodi DIII Kebidanan Akademi Kebidanan Surya Mandiri Bima melakukan screening status gizi pada anak sekolah dasar di SD Negeri 48 Kota Bima. Adapun kegiatan screening dengan pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan, di dapatkan dari 40 orang anak yang hadir pada saat pengukuran kemudian hasil pengukuran dihitung berdasarkan IMT dalam umur. Kegiatan ini sangat penting untuk mendeteksi secara dini tentang status gizi pada anak usia sekolah..

Kata kunci:Status Nutrisi, Edukasi, Gizi Seimbang

Abstract

Children's nutritional status is closely related to children's health problems. Nutritional status is a state of the body as a result of food consumption and the use of nutrients needed by the body as, growth and maintenance of body tissues, and measurement of body processes. Balanced nutritional fulfillment behavior in elementary school children. Elementary school children are one of the groups that are prone to malnutrition. Nutritional problems in children are one of the impacts of the imbalance in health nutritional status in several developing countries in West Nusa Tenggara Province through a literature review study showed that there are several factors that cause malnutrition in children, namely economic status, education status and parenting patterns. School children with a balanced diet tend to have good nutritional status. Nutritional status is an important factor in ensuring optimal development and growth of a child. Periodic nutritional status assessment is an effort in early detection of malnutrition so that appropriate action can be taken. Efforts to detect early nutritional status of school children through a team of lecturers from the DIII Midwifery study program, Surya Mandiri Bima Midwifery Academy, conducted nutritional status screening in elementary school children at SD Negeri 48, Bima City. As for the screening activity with height measurement and weighing, obtained from 40 children who were present at the time of measurement, then the measurement results were calculated based on BMI in age. This activity is very important for early detection of nutritional status in school-age children.

Keywords: Nutritional Status, Education, Balanced Nutrition

PENDAHULUAN

Masalah gizi dan nutrisi masih menjadi perhatian serius di Indonesia, terutama pada anak-anak usia sekolah. Kondisi gizi yang tidak seimbang dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan, dan prestasi belajar anak. Menurut data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi gizi kurang pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 17,4% (2020). Status gizi anak sangat berkaitan

erat dengan masalah kesehatan anak. Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sebagai, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengukuran proses tubuh. Perilaku pemenuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar. Anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang. Permasalahan gizi pada anak merupakan salah satu dampak dari ketidakseimbangan status gizi kesehatan di beberapa negara berkembang di Provinsi Nusa Tenggara Barat melalui studi literatur review menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab gizi buruk pada anak yaitu status ekonomi, status pendidikan dan pola asuh. Anak sekolah dengan pola makan seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik. Status gizi merupakan faktor penting dalam menjamin perkembangan dan pertumbuhan seorang anak yang optimal. Penilaian status gizi berkala merupakan upaya dalam deteksi dini malnutrisi sehingga dapat dilakukan tindakan yang semestinya

Screening status nutrisi sangat penting karena membantu mengidentifikasi masalah gizi pada tahap awal, mencegah penyakit kronis seperti obesitas, diabetes dan jantung, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat. Dengan demikian, screening nutrisi dapat meningkatkan kualitas hidup anak, mengoptimalkan prestasi belajar dan mengurangi risiko komplikasi kesehatan. Oleh karena itu, screening nutrisi harus dilakukan secara rutin dan terarah, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak, ibu hamil dan menyusui.

Edukasi gizi seimbang pada anak sekolah dasar sangat penting karena membantu membentuk perilaku makan yang baik dan sehat sejak dini. Edukasi ini membantu anak memahami pentingnya nutrisi dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan tubuh. Dengan edukasi gizi seimbang, anak-anak dapat menghindari risiko gizi kurang, obesitas, dan penyakit kronis lainnya. Selain itu, edukasi ini juga membantu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua dan guru dalam menyediakan makanan seimbang, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kesadaran gizi.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk: melakukan screening status nutrisi pada anak sekolah dasar, memberikan edukasi gizi seimbang kepada anak dan orang tua. meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang. Permasalahan yang dihadapi dalam tantangan pemenuhan gizi seimbang dikarenakan, kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang, kurangnya kesadaran akan pentingnya nutrisi, keterbatasan akses ke sumberdaya gizi, dan pola makan tidak seimbang.

Manfaat dari pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini anatara lain mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang gizi seimbang, membantu mengidentifikasi anak-anak dengan risiko gizi kurang, mampu meningkatkan kualitas hidup anak, serta mendukung program pemerintah dalam meningkatkan kesehatan masyarakat terkait pemenuhan nutrisi anak sekolah dasar.

METODE

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan sosialisasi kegiatan pengabdian Masyarakat oleh tim tentang screening status nutrisi dan edukasi gizi seimbang pada anak sekolah dasar yang berlokasi di SD Negeri 48 Kota Bima Kota Rasanae Timur Kota Bima Nusa Tenggara Barat. Persiapan Kegiatan dalam bentuk penyampaian undangan kepada Kepala sekolah dan jajarannya terkait screening status nutrisi dengan melakukan pengukuran antropometri pada siswa sekolah dasar kelas IV. Materi penyuluhan mencakup Penerapan Gizi Seimbang pada anak sekolah dasar antara lain aneka ragam pangan yang bisa dikonsumsi, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, penerapan aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan ideal serta penjelasan terkait Gizi Seimbang yang disesuaikan dengan Pola "Isi Piringku" berdasarkan pedoman Kementerian kesehatan Indonesia.

Kegiatan ini dilaksanakan di ruang kelas SD Negeri 48 Kota Bima Rasanae Timur Kota Bima NTB yang diikuti oleh 40 siswa Di awal kegiatan, partisipan diminta untuk mengisi kuesioner pre-test terlebih dahulu. Setelah itu dilakukan pengukuran antropometri kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi dan dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab.

Pertemuan pertama, tim PkM melakukan konfirmasi terkait rencana pelaksanaan kegiatan bagi siswa kelas IV SD 48 Kota Bima. Pertemuan kedua, tim PkM bersama dengan wali kelas melakukan diskusi dan pengecekan lokasi terkait kesiapan pelaksanaan PkM. Pertemuan ketiga, Tim PkM bersama tim Guru yang ditunjuk oleh Kepala sekolah sebagai kelas sasaran melakukan diskusi terkait teknis pelaksanaan kegiatan PkM di SD 48 Kota Bima. Pertemuan keempat, melakukan

pengukuran dan pencatatan antropometri terhadap siswa dilanjutkan dengan memberikan materi secara teori menggunakan metode ceramah. Adapun materinya meliputi Penerapan Gizi Seimbang pada anak sekolah dasar antara lain aneka ragam pangan yang bisa dikonsumsi, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, penerapan aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan ideal serta penjelasan terkait Gizi Seimbang yang disesuaikan dengan Pola “Isi Piringku” berdasarkan pedoman Kementerian kesehatan Indonesia dengan harapan screening status nutrisi menggunakan antropometri (tinggi badan, berat badan). Edukasi gizi seimbang melalui ceramah, diskusi, dan demonstrasi, distribusi bahan edukasi (brosur, poster dan banner), serta kolaborasi dengan pihak sekolah mampu meningkatkan pemahaman terkait pemenuhan nutrisi pada anak sekolah dasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan diikuti oleh 40 orang siswa sekolah dasar. Hasil screening status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 48 Kota Bima pada kelas 4 dapat diuraikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	42.5
Perempuan	23	57.5
Usia		
9-<10 tahun	16	40
10-<11 tahun	22	55
11 tahun	2	5

Karakteristik peserta skrining status gizi berdasarkan jenis kelamin, jenis kelamin laki-laki dan jeniskelamin perempuan sama jumlahnya yang hadir pada saat dilakukan screening, Dimana laki-laki sebanyak 17 orang (42.5%) dan jumlah jenis kelamin perempuan sebanyak 23 orang (57.5%). Karakteristik peserta berdasarkan usia 9-< 10 tahun sebanyak 16 orang (40%), usia 10-<11 tahun sebanyak 22 orang (55%), usia 11 tahun sebanyak 2 orang (5%)

Tabel 2. Hasil Screening Status Nutrisi

Status Nutrisi	n	%
Gizi kurang	1	2.5
Gizi kurang sedang	4	10
Gizi baik	32	80
Obesitas	3	7.5

Berdasarkan hasil screening status nutrisi pada anak sekolah dasar negeri 48 Kota Bima dengan menggunakan table Z score. Penentuan status nutrisi sesuai dengan kriteria waterlow adalah metode penilaian status gizi anak yang dikembangkan oleh John Waterlow. Metode ini menentukan status gizi anak di atas 5 tahun dengan membandingkan berat badan aktual dengan berat badan ideal berdasarkan tinggi badan dan umur. Klasifikasi status gizi menurut Kriteria Waterlow meliputi: gizi kurang (<70% BB ideal), gizi kurang sedang (70-80% BB ideal), gizi baik (81-120% BB ideal) dan obesitas (>120% BB ideal). Dari hasil screening di dapatkan jumlah peserta yang mempunyai status gizi kurang sebanyak 1 orang (2.5%), status gizi kurang sedang sebanyak 4 orang (10%), status gizi baik sebanyak 32 orang (80%), status gizi obesitas sebanyak 3 orang (7.5%)



Gambar 1. Pengukuran Antropometri

Setelah dilakukan pengukuran antropometri kemudian diberikan edukasi. Sebelum penyuluhan dilaksanakan, tim membagikan pre-test kepada siswa yang tujuannya untuk mengukur Tingkat pengetahuan partisipan sebelum mendapatkan materi. Kegiatan penyuluhan ini diakhiri dengan pemberian post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan partisipan setelah diberikan penyuluhan mengenai penerapan gizi seimbang pada anak sekolah dasar antara lain aneka ragam pangan yang bisa dikonsumsi, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, penerapan aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan ideal serta penjelasan terkait Gizi Seimbang yang disesuaikan dengan Pola “Isi Piringku” berdasarkan pedoman Kementerian kesehatan Indonesia.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi

SIMPULAN

Kegiatan screening status nutrisi dan edukasi gizi seimbang berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak tentang pentingnya gizi seimbang. Hasil screening menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki status nutrisi yang baik, namun masih ada beberapa kasus gizi kurang. Edukasi gizi seimbang efektif dalam mengubah perilaku makan anak. Kerjasama dengan pihak sekolah dan orang tua sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup anak.

Perlu adanya peningkatan anggaran untuk program kesehatan dan gizi. Perluas cakupan program gizi seimbang di sekolah. Sekolah perlu memasukkan edukasi gizi seimbang dalam kurikulum serta menyediakan fasilitas dan sumberdaya untuk mendukung program gizi. Diharapkan Orang Tua/Wali Murid terlibat aktif dalam pengawasan pola makan anak, memberikan contoh perilaku makan seimbang. Sedangkan bagi petugas kesehatan perlu melakukan pemantauan rutin status nutrisi anak. Memberikan saran dan bimbingan tentang gizi seimbang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada institusi Akademi Kebidanan Surya Mandiri Bima yang telah memberikan pendanaan demi terlaksananya kegiatan ini dan dukungan maksimal dari LPPM Akbid Surya Mandiri Bima telah memfasilitasi setiap kegiatan yang telah dilaksanakan

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kesehatan Dunia (WHO). (2018). Child Growth Standards.
Badan Kesehatan Dunia (WHO). (2020). Status Nutrisi Dunia.

- Badan Kesehatan Masyarakat (BKM). (2020). Screening Status Nutrisi dan Edukasi Gizi Seimbang. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perilaku Makan Anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perilaku Makan Anak Sekolah Dasar.
- Kementerian Kesehatan RI (2019). Pedoman Penilaian Status Gizi.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Pedoman Penilaian Status Gizi
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Gizi Seimbang.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud). (2022). Edukasi Gizi Seimbang untuk Anak Sekolah Dasar.
- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2022). Nutrition Education.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 39 Tahun 2016 tentang Standar Gizi Makanan.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 22 Tahun 2020 tentang Kurikulum Pendidikan Dasar.
- Sari, P., et al. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Makan Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2).
- Suharjo, B. (2020). *Gizi dan Kesehatan Anak*. Penerbit Universitas Indonesia.
- Waterlow, J. C. (1972). Classification of infant malnutrition. *Lancet*, 299(7759), 302-303.
- WHO (2018). Child growth standards.
- Widowati, S., et al. (2019). Efektivitas Edukasi Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Perilaku Makan Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 12(1).