



---

**PKM PELATIHAN PENILAIAN STATUS GIZI SISWA BAGI GURU-GURU SD NEGERI 13  
BIRU KECAMATAN TANETE RIATTANG KABUPATEN BONE****Oleh****Muliadi<sup>1</sup>, Sitti Jauhar<sup>2</sup>, Sudarto<sup>3\*</sup>**<sup>1,2,3</sup>Universitas Negeri MakassarEmail: <sup>1</sup>[muliadi6452@unm.ac.id](mailto:muliadi6452@unm.ac.id), <sup>2</sup>[St.jauhar@gmail.com](mailto:St.jauhar@gmail.com),<sup>3\*</sup>[drsudartompd@gmail.com](mailto:drsudartompd@gmail.com)

---

**Article History:**

Received: 25-07-2023

Revised: 02-08-2023

Accepted: 24-08-2023

**Keywords:**Teacher Training,  
Assessment, Nutritional  
Status.

**Abstract:** *This PKM service aims to help partners overcome nutritional status problems for elementary school students at SD Negeri 13 Biru, Tanete Riattang sub-district, Bone district. There are several obstacles faced by elementary school teachers on the nutritional status of students, including the lack of understanding and concern of teachers to assess the nutritional status of students, lack of skill of teachers in measuring and determining nutritional status based on anthropometry. This activity provides teachers with understanding and skills about assessing nutritional status for students. This activity is useful for all students to know their nutritional status, for teachers it is useful in indicators of student health. This PKM activity stage is carried out in three stages, namely; The first stage provides knowledge/understanding of the concept of balanced nutrition, the goals and benefits of nutrition for humans and more specifically for elementary school students (the period of growth and development). Then the second activity stage is carried out with the mentoring method, namely carrying out the practice of measuring and assessing status based on Anthropometry of elementary school students, the third stage is demonstrating and evaluating training participants in implementing the nutritional status of elementary school students.*

---

**PENDAHULUAN**

Usia anak Sekolah Dasar (SD) adalah usia emas (*goldem age*) yang menjadi penentu bagi masa depan bangsa (Anatasya, E., & Dewi, D. A., 2021; Widodo, H., 2020 dan Tanu, I. K., 2017). Usia anak SD merupakan usia dimana pertumbuhan dan perkembangan mengalami puncak dalam hal pemenuhan kebutuhan asupan gizi. Sebagai generasi penerus bangsa yang akan datang, dalam pembangunan nasional anak merupakan aset bangsa yang sangat berharga dan akan meneruskan pembangunan. Agar pembangunan dikemudian hari dapat berlangsung dengan baik, maka kualitas anak perlu ditingkatkan baik fisik maupun mentalnya. Untuk mencapai semua itu, maka penilaian status gizi sangat penting diketahui oleh orang tua dan guru di sekolah sebagai salah satu indikator kesehatan siswa, dan yang



lebih utama setelah mengetahui status gizi siswa adalah pemberian asupan gizi yang berkualitas harus diperhatikan dengan baik.

Ariani, (2017) Gizi merupakan suatu proses organisme makanan yang dikonsumsi secara normal dengan proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat gizi untuk pertahan hidup, pertumbuhan serta fungsi normal organ tubuh serta menghasilkan tenaga. Dan lanjut dinyatakan bahwa gizi seimbang adalah pola makan yang seimbang pada zat gizi yang diperoleh dari aneka ragam makanan dalam memenuhi kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat, cerdas, dan produktif. Sedangkan Muliadi, (2007) status gizi diartikan sebagai tanda fisik yang diakibatkan oleh karena adanya keseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran gizi melalui variabel-variabel tertentu yaitu status gizi.

Istiany dan Rusilanti, (2014) menjelaskan bahwa status gizi merupakan suatu keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, yang dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih. Oleh karena dari beberapa pendapat di atas maka dapat diartikan bahwa status gizi adalah keadaan yang dihasilkan oleh status keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pertumbuhan fisik, perkembangan, dan aktivitas.

Sulystioningsih (2012) konsumsi makanan yang mengandung gizi yang baik akan berpengaruh terhadap status gizi kesehatan yang merupakan modal utama bagi kesehatan individu. Malnutrisi (gizi salah) disebabkan oleh asupan gizi yang salah atau tidak sesuai dengan kebutuhan dan dapat menimbulkan masalah kesehatan, dalam bentuk asupan gizi yang berlebih atau kurang sehingga menyebabkan tidak seimbangnya antara kebutuhan dengan asupan. Yulni, Hadju, (2013) menyatakan bahwa masalah gizi di Indonesia didominasi oleh 4 masalah gizi, yaitu kurang energi protein (KEP), masalah anemia besi, masalah gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), masalah kekurangan vitamin A (KVA) serta masalah obesitas terutama di kota-kota besar. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anak pendek pada anak berusia 5-12 tahun mencapai 30,7% yang terdiri dari anak sangat pendek sebanyak 12,3% dan anak pendek sebanyak 18,4%.4 Prevalensi kurus nasional pada kategori usia ini adalah 11,2%, dimana anak sangat kurus sebesar 4% dan anak kurus sebesar 7,2%. Sedangkan prevalensi kegemukan pada kategori usia ini relatif tinggi yaitu sebesar 18,8%. Angka tersebut meningkat bila dibandingkan dengan data tahun 2010 yaitu sebesar 9,2%.

World Health Organization (WHO) menyarankan upaya untuk mengatasi masalah gizi pada anak melalui pendidikan tentang makanan dan nutrisi serta melibatkan pada orang tua untuk melakukan monitoring dan evaluasi. Pemantauan gizi pada anak di Indonesia dilakukan melalui kegiatan upaya kesehatan sekolah (UKS) di awal semester setiap tahunnya. Pemantauan rutin dilakukan hanya melalui pengukuran antropometri. Sedangkan pemantauan pola makan dan pola asuh jarang dilakukan. Thamaria Netty, dkk. (2017) menyatakan bahwa anak-anak yang menderita kekurangan gizi akan memiliki perilaku tidak tenang, cengeng, dan pada stadium lanjut anak bersifat apatis. Demikian juga pada orang dewasa, akan menunjukkan perilaku tidak tenang, mudah emosi, dan tersinggung.

Berdasarkan kunjungan pengabdian pada awal bulan Juli 2022 di SD 13 Biru kecamatan Tanete Riattang kabupaten Bone dengan wawancara singkat bersama kepala sekolah, guru Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan serta beberapa guru kelas, diperoleh informasi antara lain bahwa; di sekolah ini belum pernah diadakan sosialisasi atau penyuluhan



masalah gizi, dan belum pernah pula diadakan pelatihan atau pendampingan masalah penilaian (pengukuran) status gizi siswa.

Selain informasi dari guru, pengabdian juga melakukan tanya jawab dengan beberapa siswa, tentang pola makan (kebiasaan konsumsi), ada beberapa siswa yang tidak sarapan pagi, dengan alasan karena orang tuanya tidak sempat memasak atau menyiapkan sarapan pagi dan hanya ingin praktisnya saja, tanpa memperhatikan sehat atau tidaknya jajanan yang dikonsumsi oleh anaknya di sekolah. Menurut Jauhari, A.(2015) menjelaskan, asupan gizi yang kurang pada anak dapat menghambat pertumbuhan fisik dan kemampuan berfikir pada anak yang akhirnya dapat menurunkan minat belajar. Oleh karena itu status gizi anak harus segera diketahui untuk dilakukan langkah preventif. Berdasar dari analisis situasi tersebut maka pengabdian tertarik untuk melakukan penyuluhan dan pelatihan/pendampingan tentang penilaian status gizi siswa bagi guru-guru di SD 13 Biru kecamatan Tanete Riattang kabupaten Bone.

Sebagai salah satu bentuk usaha perbaikan gizi anak SD adalah dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan terhadap guru SD, sebagai institusi yang terorganisir dengan baik dan merupakan wadah pembentukan karakter serta media contoh perilaku hidup sehat, meski pembinaan terbatas oleh waktu yang relatif singkat akan tetapi sebagai pendidik kita dapat memanfaatkan waktu tersebut sebaik mungkin agar pengetahuan tentang pentingnya gizi dapat dipahami oleh peserta didik, tanpa kita sadari anak akan membawa atau bahkan dapat memberikan pengaruh perilaku hidup sehat tersebut kepada orang tua dan keluarga mereka di rumah.

Pemenuhan gizi seimbang memiliki berbagai manfaat yang sangat baik bagi anak, bukan hanya peran sebagai pembentukan fisik yang ideal saja tetapi juga memberikan sumber tenaga sebagai penunjang aktifitas anak. Sebagai contoh pada anak yang mengalami kekurangan gizi akan terlihat lemas, kurang bersemangat dan pasif, tentunya hal ini dapat mengganggu kegiatan belajar anak sehingga pembelajaran tidak dapat berlangsung secara maksimal. Hal ini juga berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan sehari-hari termasuk makanan, terkadang orang tua sering tidak memperhatikan makanan yang mereka konsumsi dengan nilai gizi yang terkandung di dalamnya. Sering terjadi anak lemas atau mengantuk bahkan tidak semangat mengikuti pelajaran hal ini dikarenakan peserta didik mengabaikan sarapan pagi dan hanya diberikan uang saku untuk jajan. Seperti kita ketahui keberadaan kantin di sekolah masih kurang menjaga kebersihan makanan yang mereka jual. Menurut Tri Haryanti (2010), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi pada anak-anak sekolah antara lain, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai makanan bergizi, kurangnya sosialisasi gizi, status sosial dan ekonomi orang tua. Maka peran orang tua dan guru juga sangat penting sebagai kontrol gizi anak-anak dalam lingkungan sekolah dan di rumah.

Sekolah merupakan suatu wadah di bidang pendidikan yang dapat memberikan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman dalam rangka meningkatkan taraf kehidupan seorang siswa, termasuk kesehatan. Guru sangat berperan dalam menyalurkan pengetahuan dan pemahaman pada siswa sekolah dasar, yang nantinya akan menghasilkan sikap dan perilaku siswa menjadi lebih baik. Masalah gizi pada usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah. Kekurangan gizi pada usia sekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan mudah sakit. Oleh karena itu siswa seringkali absen serta mengalami kesulitan



dalam mengikuti dan memahami pelajaran. Keadaan ini dapat menghambat pembentukan SDM yang sehat dan produktif untuk menghadapi era globalisasi.

Sari, M. R. N., & Ratnawati, L. Y. (2018), Subarkah, T., & Nursalam, R. P., (2016) dan Irianto Pekik Djoko (2006) menjelaskan bahwa salah satu metode yang baik dan mudah dalam penilaian untuk mengetahui status gizi siswa adalah dengan berdasarkan Antropometri. Cara ini dapat digunakan untuk mengetahui status gizi anak usia 6 sampai 17 tahun, dibedakan antara anak laki-laki dengan anak perempuan. Adapun cara penilaiannya adalah dengan menghitung persentase capaian berat badan (BB) standar berdasarkan tinggi badan (TB). Solusi yang sangat mudah dan sederhana untuk penilaian status gizi anak SD ini, sangat penting dilakukan oleh guru bagi siswanya guna untuk mengetahui penilaian dan pemantauan status gizi pada anak, terutama siswa yang baru masuk sekolah penting dilakukan sebagai deteksi siswa gizi kurang, dan stunting maupun yang obesitas.



Gambar 1. Spanduk Kegiatan PKM

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah; metode ceramah, tanya jawab, pemberian contoh, demonstrasi, dan pemberian tugas serta metode pelatihan/pendampingan yang dilakukan secara praktik langsung yaitu; cara mengukur berat badan (Kg), dan tinggi badan (Cm), kemudian di konsultasikan dengan tabel status gizi umur 6 sampai 17 tahun untuk menentukan status gizi siswa, apakah Baik, Kurang, dan atau Buruk. Metode pelatihan dengan pemberian contoh efektif digunakan untuk pencapaian suatu kemampuan (Sudarto, 2023).



Gambar 2. Pembukaan oleh Kepala UPT SDN 13 Biru kec. Tanete Riattang Kab. Bone

Sesudah acara pembukaan PKM, dilanjutkan dengan kegiatan penyajian materi yang terdiri dari; Konsep Gizi seimbang, tujuan dan manfaat gizi bagi siswa, pentingnya dilakukan penilaian status gizi pada siswa, manfaat data status gizi, dan memberikan pemahaman tentang dampak /resiko akibat kurang gizi dan kelebihan gizi bagi siswa SD, serta memberikan keterampilan melalui pelatihan/pendampingan peserta (Mitra) menilai status gizi.



**Gambar 3. Penyajian materi diselingi dengan tanya jawab, pemberian contoh dan demonstrasi oleh Pengabd**

Hari kedua Senin, 01 Agustus dan hari ke tiga Selasa, 02 Agustus 2022 yaitu pendampingan/praktek penilaian status gizi (mengukur berat badan (kg), mengukur tinggi badan (cm), menghitung Indeks Massa tubuh (IMT) berdasarkan umur 6 sampai 17 tahun dengan mengetahui berat badan dan tinggi badan, kemudian menentukan status gizi berdasarkan tabel Antropometri gizi sesuai umur 6 sampai 17 tahun. Pada hari ketiga kegiatan pendampingan/praktek menilai status gizi oleh tim pengabd, sekaligus kegiatan evaluasi peserta pelatihan serta refleksi.



**Gambar 4. Tampak Pengabd mendemonstrasikan pengukuran tinggi badan siswa bersama tim dan peserta**



**Gambar 5. Peserta Pelatihan melakukan pengukuran berat badan siswa dan mencatat berat badan siswai**



**Gambar 6. Peserta pelatihan melakukan pengukuran berat badan secara berkelompok dan didampingi oleh pengabdian**



**Gambar 7. Peserta pelatihan menentukan status gizi dengan menghitung dengan lalu mengkonsultasikan tabel status gizi sesuai umur siswa SD berdasarkan rumus Antropometri status gizi.**

## **HASIL**

Secara umum, hasil pelaksanaan program kemitraan masyarakat (PKM) ini adalah cukup baik dan responsif, artinya terdapat pemahaman para guru tentang pentingnya penilaian status gizi bagi siswa SD, baik resiko kelebihan gizi maupun resiko kekurangan gizi. Hasil kegiatan PKM ini dapat dijabarkan dalam pembahasan sebagai berikut:

- a. Peserta pelatihan berjumlah 23 orang dari jumlah total undangan 24 orang. Ada seorang guru saja yang tidak sempat mengikuti kegiatan pengabdian ini dikarenakan berhalangan karena ada kepentingan dan Izin.
- b. Hasil observasi selama kegiatan berlangsung dari tiap pertemuan menunjukkan respon yang positif dari peserta. Para peserta bersikap responsif dan aktif dalam mengikuti setiap tahapan kegiatan. Jika diamati setiap peserta, mereka sangat ingin tahu dan ingin menerapkan kegiatan penilaian status gizi siswa.
- c. Peserta terlihat sangat antusias dalam memperhatikan penjelasan yang disampaikan oleh tim pengabdian dengan respon positif dan tidak malu bertanya apabila ada ketidakpahaman



dalam penjelesan tim pengabdian.

- d. Peserta dalam mendemonstrasikan penilaian status gizi siswa, semua guru yang hadir aktif melakukan dengan baik dan di dampingi oleh Pengabdian, begitu pula dalam praktek penilaian status gizi secara antropometri (mengukur tinggi badan dan berat badan berdasarkan umur), peserta saling bekerja sama.
- e. Peserta semua aktif mencatat dan menghitung dengan menggunakan Kalkulator untuk menentukan status gizi berdasarkan umur siswa SD.
- f. Hasil pantauan tim pengabdian, secara keseluruhan peserta pelatihan telah melakukan tugas yang diberikan dengan cukup baik. Hal ini dilihat dari hasil demonstrasi penilaian status gizi siswa secara antropometri dengan menentukan tinggi badan dan berat badan siswa yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel status gizi sesuai umur 6 sampai 17 tahun.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil yang dicapai, maka dapat disimpulkan bahwa: Selama mitra mengikuti kegiatan pelatihan, pada tiap pertemuan tatap muka langsung baik teori maupun praktek/demonstrasi, para peserta menunjukkan sikap yang sangat responsif dan aktif dalam mengikuti kegiatan; aktif melakukan tanya jawab, demonstrasi, latihan pendampingan peserta melakukan semua rangkaian kegiatan penilaian status gizi siswa untuk usia sekolah dasar serta menyelesaikan tugas yang diberikan oleh tim pengabdian. Untuk itu disarankan agar apa yang telah diperoleh dalam pelatihan agar terus diaplikasikan kepada siswa, sehingga semua siswa mempunyai data status gizi sebagai salah satu indikator kesehatan peserta didik.

### **PENGAKUAN**

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, karena limpahan rahmat, nikmat dan karunia-Nya kami telah selesai melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada guru-guru SDN 13 Biru kecamatan Tanete Riattang kabupaten Bone, kegiatan PKM pengabdian kepada masyarakat ini telah berlangsung dengan baik, tertib, aman, dan lancar sesuai dengan rencana. Oleh karena itu, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Makassar
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
3. Kepala Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat
4. Nurhadi, S. Pd, M.M, selaku kepala UPT SDN 13 Biru kecamatan Tanete Riattang kabupaten Bone
5. Guru-guru SDN 13 Biru kecamatan Tanete Riattang kabupaten Bone sebagai Mitra pada kegiatan PKM.

Demikian juga kepada semua pihak terkait yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, kami mengucapkan terima kasih.

Selanjutnya, kami berharap mudah-mudahan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat bagi para semua peserta pelatihan.

Penulis menyadari bahwa selama masa pengabdian dan penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis memohon saran dan kritik dari berbagai pihak yang bersifat membangun sebagai bahan perbaikan di masa yang akan datang. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak.




---

**DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Anatasya, E., & Dewi, D. A. (2021). Mata Pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan Sebagai Pendidikan Karakter Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 9(2), 291-304.
- [2] Balitbangkes Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- [3] Hardinsyah dan I Dewa Nyoman Suparisa. 2017. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC. Ningsih. 2016.
- [4] Irianto Pekik Djoko. 2006. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- [5] Jauhari, A. 2015. *Dasar-dasar Ilmu Gizi*. Yogyakarta : Jaya Ilmu.
- [6] Muliadi. 2007. *Peranan Gizi yang Berkualitas dalam Mencegah Malnutrisi pada Anak SD*. *Jurnal Samudra*, 2007 Hal.356.
- [7] Sari, M. R. N., & Ratnawati, L. Y. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gapura Kabupaten Sumenep. *Amerta Nutrition*, 2(2), 182-188.
- [8] Soetardjo, Susirah. 2011. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- [9] Subarkah, T., & Nursalam, R. P. (2016). Pola pemberian makan terhadap peningkatan status gizi pada anak usai 1–3 tahun. *Jurnal Injec*, 1(2), 146-154.
- [10] Sudarto, S., Rukayah, R., Kadir, A., Jauhar, S., & Satriani, S. (2023). GAMBARAN KEMAMPUAN PENYUSUNAN KEGIATAN PEMBELAJARAN DALAM RPP SESUAI KURIKULUM MERDEKA BELAJAR BAGI GURU SDN 13 BIRU WATAMPONE MELALUI PELATIHAN BERBASIS CONTOH. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(2), 633-638.
- [11] Tanu, I. K. (2017). Pentingnya pendidikan anak usia dini agar dapat tumbuh dan berkembang sebagai generasi bangsa harapan di masa depan. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 19-29.
- [12] Thamaria Netty, dkk. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan SDM Kesehatan.
- [13] Tri Haryanti. 2010. *Status Gizi Kelas IV, V dan VI di SD Negeri 2 Sadang Kulon Sadang Kebumen Tahun 2009/20010*. Yogyakarta: Skripsi FIK UNY.
- [14] Widodo, H. (2020). *Dinamika Pendidikan Anak Usia Dini*. Alprin.
- [15] Yulni, Hadju, V., Virani, D. 2013. *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir Kota Makassar Tahun 2013*. Program Studi Ilmu Gizi Universitas Hasanuddin Makassar.