



**TINJAUAN STATUS GIZI SISWA PADA SMPS WAHIDIN BANGKO
KECAMATAN BANGKO**

JURNAL

Oleh

**ELFRI DIANTIUS
1405166542**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMRAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU
2016**

STUDENTS NUTRITION STATUS OBSEVATION ON SMPS WAHIDIN BANGKO DISTRICT OF BANGKO

Elfri Diantius¹, Drs. Saripin, M.Kes AIFO², Ni Putu Nita Wijayanti., S.Pd, M.Pd³
elfri.penjas@yahoo.com¹, ipin53@yahoo.com², nitawijayanti87@yahoo.com³

**PHYSICAL EDUCATION HEALT AND RECREATION
FACULTY OF TEACHER TRAINING AND EDUCATION
RIAU UNIVERSITY**

ABSTRACT, The background of the problem in this study originated from the observation while in SMPS Wahidin Bangko, researchers found that many students were not excited when the learning because it is suspected of being owned nutritional status of students. Therefore, the purpose of this study was to determine how the nutritional status of students SMPS Wahidin Bangko. This type of research is descriptive quantitative research. This study describes clearly how where the nutritional status of students SMPS Wahidin Bangko. In accordance with the findings of a problem at a school in the district of Bangko on nutritional status of students. The research data was obtained from measurements of height and weight of students. The sample in this study was the students of class VII numbering 39 people (total sampling). Based on the research results can be concluded as follows: It was found that nutritional status is processed through BB / U of overall VII.I grade students who are 39 students were having Good Nutrition as many as 20 people with a percentage of 51.82%, the students who has satatus Nutrition Medium as many as 13 with the percentage 33.33%, students have much less Nutrient satatus 6 with a percentage of 15.38%, while students malnourished nothing. The average score of the assessment of the nutritional staus seventh grade students is 10 with a percentage of 25.64%. Therefore, based on the average score of the overall nutritional status of students SMPS Wahidin District of Bangko Bangko categorized Less Good.

Keywords : *Observation, Nutrition Status*

TINJAUAN STATUS GIZI SISWA PADA SMPS WAHIDIN BANGKO KECAMATAN BANGKO

Elfri Diantius¹, Drs. Saripin., M.Kes AIFO², Ni Putu Nita Wijayanti., S.Pd, M.Pd³
elfri.penjas@yahoo.com¹, ipin53@yahoo.com², nitawijayanti87@yahoo.com³

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU**

ABSTRAK, Latar belakang masalah dalam penelitian ini berawal dari hasil pengamatan sementara di SMPS Wahidin Bangko, peneliti menemukan banyak siswa yang tidak bersemangat pada saat pembelajaran hal ini diduga karena status gizi yang dimiliki siswa. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah status gizi yang dimiliki siswa SMPS Wahidin Bangko. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini memaparkan dengan jelas bagaimana status gizi siswa SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko.. Data penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII yang berjumlah 39 orang (*total sampling*). Berdasarkan dari hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : Ditemukan bahwa status gizi yang diolah melalui BB/U dari keseluruhan siswa kelas VII.I yang berjumlah 39 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 20 orang dengan persentase 51,82 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Sedang sebanyak 13 dengan persentase 33,33 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Kurang sebanyak 6 dengan persentase 15,38 %, sedangkan siswa bergizi buruk tidak ada. Skor rata-rata penilaian terhadap staus gizi siswa kelas VII adalah 10 dengan persentase 25,64%. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dikatagorikan Kurang Baik.

Kata kunci: *Tingkat, Status Gizi*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan bahagian yang sangat penting bagi siswa dalam menjalankan Proses Belajar dan Mengajar di sekolah. Kesehatan yang perlu diperhatikan dalam dunia pendidikan adalah kesehatan rohani dan kesehatan jasmani. Kesehatan rohani dapat dilakukan dengan pendekatan melalui agama masing-masing sedangkan untuk kesehatan jasmani dibutuhkan banyak faktor, sehingga kesegaran jasmani siswa dapat menjadi baik.

Terjaganya kesegaran jasmani siswa maka dibutuhkan banyak faktor untuk menjaga kesehatan jasmani siswa salah satunya memperhatikan gizi siswa. Tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menurut Depdiknas (2003 : 155), agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut : "1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih. 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik yang dibantu dengan gizi yang baik. 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar. 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani dan kesehatan. 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis. 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan. 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif"

Berdasarkan ulasan diatas maka dapat dikatakan bahwa setiap makhluk hidup harus bisa menjaga dan melindungi diri dari setiap wabah penyakit dengan memperhatikan status gizi. Sekolah yang memiliki status gizi siswa yang baik dapat dilihat pada prestasi belajar siswanya. Selain itu, apabila status gizi siswa di suatu sekolah dalam keadaan baik dapat dilihat pada bentuk dan peforman siswa dalam belajar di sekolah tersebut. Sekolah yang memiliki siswa yang bergizi buruk maka dapat terlihat dari rendahnya prestasi belajar siswa di sekolah tersebut, dengan demikian sangat penting kiranya sekolah memperhatikan keadaan gizi siswanya.

Sekolah sekolah yang berada dikota, sudah memperthatkan status gizi dimana dalam dunia pendidikan memiliki peranan penting bagi siswa dalam menjalani PBM di sekolah. Semua sekolah hendaknya memiliki status gizi siswa dalam keadaan baik, khususnya pada daerah perkotaan. Baiknya status gizi siswa dalam suatu sekolah dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Siswa yang memiliki status gizi yang baik maka dapat berpengaruh terhadap motivasi siswa dalam belajar. Berubahnya status gizi siswa di sekolah menjadi baik, tidak terlepas dari peranan guru dan orang tua siswa dirumah. Status gizi siswa yang baik dapat mengangkat nama baik sekolah hendaknya memiliki status gizi yang baik. Sekolah yang berada di Kecamatan Bangko merupakan sekolah yang terletak tidak jauh dari kota. Siswa yang sekolah di daerah perkotaan hendaknya memiliki status gizi yang baik. Baiknya status gizi diperkotaan di sebabkan secara

ekonomi masyarakat perkotaan dalam keadaan menengah keatas. Perhatian orang tua siswa dirumah tentang status gizi siswa hendaknya selalu ada agar siswa belajar disekolah dalam keadaan sehat dan bugar. Baik buruknya gizi siswa di sekolah yang berumur dibawah 18 tahun dapat dilihat dengan beberapa cara, salah satu cara tersebut adalah dengan melihat Berat Badan / Umur (BB/U) siswa di sekolah. BB/U siswa yang baik adalah dalam keadaan Normal.

Dari sekian banyak sekolah yang ada di kecamatan Bangko, peneliti menemukan permasalahan pada SMPs Wahidin Bangko dimana pada saat observasi sementara dan mendapat informasi dari guru sekolah tersebut bahwa siswa-siswa SMPs Wahidin Bangko tidak begitu aktif dalam pembelajaran, baik dikelas maupun pembelajaran diluar kelas atau olahraga. Peneliti menduga hal ini dikarenakan oleh banyak faktor seperti rendahnya kesegaran jasmani siswa, status gizi yang buruk, dan juga kebersihan lingkungan sekolah baik kelas maupun kantin siswa, hal ini memicu siswa-siswa menjadi tidak bersemangat dalam pembelajaran.

Banyaknya faktor penyebab permasalahan diatas menjadikan sebuah tantangan bagi peneliti untuk melihat bagaimana sebenarnya yang terjadi. Dalam hal ini peneliti ingin mengangkat permasalahan status gizi yang dimiliki oleh siswa SMPs Wahidin Bangko. Hal ini dikarenakan belum adanya pendataan tentang status gizi yang dilakukan disekolah oleh karena itu peneliti mengangkat permasalahan ini menjadi sebuah penelitian yang berjudul : "Tinjauan Status Gizi Siswa SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko". Adanya penelitian terhadap status gizi siswa di sekolah tersebut diharapkan dapat menjadi pedoman bagi semua pihak terhadap status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dan daerah sekitarnya.

Menurut Suharjono: (1996:55) "status gizi adalah tingkat kesehatan seseorang yang dipengaruhi oleh makanan yang dimakan yang dampak fisik dapat diukur secara antropometri". Menurut Depkes (2000:73) "Status gizi merupakan keadaan tubuh yang menggambarkan status kesehatan seseorang atau masyarakat didalam kehidupan sehari-hari akibat interaksi makanan, tubuh manusia dan lingkungan". Sedangkan menurut pusat pengembangan jasmani: (2001:141) "Status gizi adalah suatu keadaan atau status yang menyatakan tingkat kecukupan gizi seseorang".

Keadaan kurang gizi dapat terjadi karena tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis zat gizi yang dibutuhkan. Kurang zat gizi menurut Winarno (1996:46) antara lain disebabkan oleh "faktor sosial, ekonomi seperti kebiasaan makanan, kepercayaan dan daya beli yang rendah, sedangkan keadaan kedua disebabkan adanya gangguan fungsi alat pencernaan".

Status Gizi terdiri dari kata status dan gizi. Menurut *Kamus Bahasa Indonesia* (1990: 858 dan 279) "Status adalah keadaan atau kedudukan (misal tentang badan)" dan "gizi adalah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan". Dengan demikian, Status Gizi menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* adalah keadaan atau kondisi badan seseorang seperti pertumbuhan dan kesehatan yang dipengaruhi oleh zat makanan pokok yang dikonsumsi. Mutohir dan Gusril, (2004:57) mendefinisikan "Status

Gizi adalah kondisi dari setiap individu yang dipengaruhi oleh setiap zat makanan”.

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.

METODE PENELITIAN

Adapun jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah status gizi siswa SMPS Wahidin Bangko. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada SPMS Wahidin Bangko sedangkan waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2016. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII yang berjumlah 39 orang menggunakan teknik *total sampling*. Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran tinggi dan berat badan siswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Analisis dan pembahasan yang dikemukakan pada bab ini adalah yang berkaitan terhadap Tinjauan status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari observasi lapangan kemudian dioleh dengan teknik analisis deskriptif. Untuk mendapatkan data tentang hasil Status Gizi Siswa siswa, penulis mengambil data menggunakan rumus BB/U (Berat Badan /Umur)

Berpedoman pada tujuan dan pernyataan penelitian yang di lakukan melalui Tes BB/U kepada siswa, maka dapat diketahui analisis ini mencakupi beberapa Variabel yang di teliti tentang status gizi siswa.

B. Analisis Data

Analisis Merupakan suatu analisa untuk menentukan suatu hasil Penelitian. Pada analisis ini semua hasil dari status gizi dari sampel disusun menurut tinggi dan berat badan sampel yang disusun menurut kelompok kelas, selanjutnya diolah dalam bentuk persentase. Variabel yang akan diteliti adalah status gizi dilihat dari gizi siswa putra dan putri SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko yaitu kelas VII sebagai berikut :

Menentukan bagai mana cara melihat Tinjauan Status Gizi Siswa VII di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dapat dilihat dari Faktor Status gizi siswa dari masing-masing lokal di kelas VII.I. Untuk melihat Status Gizi Siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko, maka harus dilihat dulu bagai mana keadaan status gizi siswa yang dijadikan sampel tersebut. Untuk mengetahui baik dan buruknya status gizi siswa maka dapat di analisis melalui BB/U(Berat Badan/Umur) dengan membagi Berat Badan dengan tinggi badan

$$BB/U = \left(\frac{\text{BeratBadan}}{\text{Umur(Median)}} \right) \times 100\%$$

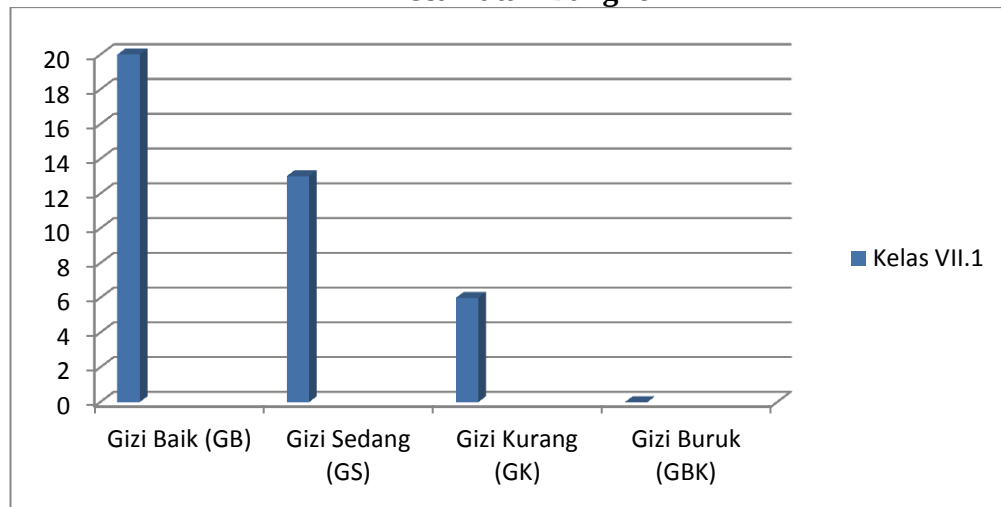
Dalam penelitian ini akan ditampilkan distribusi dari masing-masing aspek yang dinilai untuk menemukan hasil persentase deskriptif dengan menggunakan rumus $P = \frac{f}{n} \times 100\%$. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tampilan dibawah ini :

TABEL 1
Distribusi frekuensi Berat Badan/umur(BB/U) Siswa VII

No.	Status Gizi	Jumlah	Persentase (%)	Rata-rata	Persentase (%)
1	Gizi Baik (GB)	20	51,82 %	10	25,64 %
2	Gizi Sedang (GS)	13	33,33 %		
3	Gizi Kurang (GK)	6	15,38 %		
4	Gizi Buruk (GBK)	-	-		
Total		39	100 %		

Dari table hasil BB/U kelas VII, untuk penilaian status gizi lokal diatas, ditemukan bahwa status gizi yang diolah melalui BB/U dari 39 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 20 orang dengan persentase 51,82 %, siswa yang memiliki status Gizi Sedang sebanyak 13 dengan persentase 33,33 %, siswa yang memiliki status Gizi Kurang sebanyak 6 dengan persentase 15,38 %, sedangkan siswa bergizi buruk sebanyak 0 dengan persentase 0 %. Skor rata-rata penilaian terhadap status gizi siswa kelas VII adalah 10 dengan persentase 25,64 %. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa kelas VII dikategorikan Kurang Baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar histogram berikut ini :

Gambar 1. Histogram Staus Gizi Siswa Kelas VII SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko



C. Pembahasan

Pembahasan terhadap dari masing Variabel dapat di jelaskan pada bahagian ini. Pengambilan data-data yang diperoleh dari analisis deskriptif di atas, terdapat beberapa hal yang mempengaruhi dari masing-masing variabel terhdap Tinjauan Status Gizi Siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko yaitu dilihat pada status gizi siswa putra dan putri. Oleh karena itu perlu adanya pembahasan yang akan membahas dari masing masing Variabel yang mepengaruhi terhadap Tinjauan Status Gizi Siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko.

Staus Gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dari hasil analisis dapat dikatagorikan kurang baik. Penganalisan status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko yang dilakukan pada siswa kelas VII 1, dari hasil tersebut dilakukan analisis dan didapatkan hasil rata-rata status gizi siswa tersebut di katagorikan kurang. Hasil observasi yang peneliti lakukan di lapangan, kurangnya status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko disebabkan karena sekolah tersebut terletak di daerah pinggiran kota. Siswa yang sekolah di MTS tersebut perekonomiannya tergolong menengah kebawah. Sedikitnya pasokan gizi yang dikonsumsi oleh siswa di sekolah tersebut, dapat dijadikan salah satu alasan kurang baiknya status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko.

Ada juga beberapa siswa yang perekonomiannya baik, tetapi status gizi anaknya buruk. Hal tersebut disebabkan kesibukan dari orang tua dengan pekerjaannya, sehingga orang tua lupa dengan keadaan anaknya terutama pada status gizi anak. Berdasarkan penjelasan dari sebab dan akibat tentang kurang baiknya status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko, maka dalam pembahasan ini telah dapat dijelaskan sesuai dengan hasil analisis status gizi siswa bahwa, status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dikatagorikan kurang.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Setelah dilakukan penganalisan terhadap status gizi siswa di SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dari masalah-masalah yang dijadikan variabel dalam penelitian ini, maka ditemukan kesimpulan terhadap masalah tersebut sebagai berikut : Ditemukan bahwa status gizi yang diolah melalui BB/U dari keseluruhan siswa kelas VII.I yang berjumlah 39 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 20 orang dengan persentase 51,82 %, siswa yang memiliki status Gizi Sedang sebanyak 13 dengan persentase 33,33 %, siswa yang memiliki status Gizi Kurang sebanyak 6 dengan persentase 15,38 %, sedangkan siswa bergizi buruk tidak ada. Skor rata-rata penilaian terhadap status gizi siswa kelas VII adalah 10 dengan persentase 25,64%. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa SMPS Wahidin Bangko Kecamatan Bangko dikategorikan Kurang Baik.

Rekomendasi

Setelah disimpulkan hasil penelitian ini, berikutnya ditampilkan saran dari hasil penelitian ini yaitu : Sekolah, diharapkan dapat lebih memperhatikan status gizi siswanya di sekolah. Orang tua siswa, agar lebih memperhatikan status gizi anaknya. Dinas kesehatan, agar selalu melakukan tinjauan terhadap gizi siswa di Bagan Siapi-api.

DAFTAR PUSTAKA

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1994 : *Gizi Olahraga sehat, Bugar dan Berprestasi* . Jakarta Direktorat Bina Gizi Masyarakat.

RI,2000. *Peranan Gizi Dalam Pembangunan Nasional*. Jakarta : Rajawali.

Usman, Uzer Moh. (1995). *Menjadi Guru Profesional*. Bandung ; Remaja Rosda, Karya

Winarno. 1996. *Gizi dan Makanan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta

Yahya. (1997). *Antropometri Sebagai Indeks Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Medika.