



**TINJAUAN STATUS GIZI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 6  
SELAT PANJANG**

**JURNAL**

**Oleh**

**ERWINSAH**

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

**2015**

# TINJAUAN STATUS GIZI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 6 SELAT PANJANG

Erwinsah<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
erwinsyah.11@yahoo.com<sup>1</sup>, nitawijayanti87@yahoo.com<sup>3</sup>

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

**ABSTRACT**, This study reveals concerns about the state of the nutritional status of students in SMPN 6 Selat Panjang, problems that occurred in this study is caused due to a lack of parental, family economics, the attention of the school and school health programs. The problem of the students in the school nutrition, the researchers propose research titled Overview of the nutritional status of students in SMPN 6 Selat Panjang. This type of research is descriptive quantitative research. The population in this study were all students at SMPN 6 Selat Panjang. Sampling is done in this study is Popurposive Sampling. Samples that researchers choose in this study were students of class VII in SMPN 6 Selat Panjang the number of 233 people. Data collection techniques performed with BB / U (Weight / Age) by dividing Weight with Age of samples (raw Median National Center For Health Statistics). Techniques of analysis in this research using descriptive analysis with the calculation of percentages. After analyzing the data variables studied in get the result that the nutritional status are processed through BB / U of the whole class VII students totaling 233 people are who have Good Nutrition 89 people with a percentage of 38.19%, the students who have satatus Nutrition being as much as 57 with the percentage of 24.46%, the students who have less satatus Nutrition 61 with a percentage of 26.18%, while the poor nourishing as many as 26 students with a percentage of 11.15%. The average score of the assessment of the nutritional staus seventh grade students is 58 with a percentage of 24.89%. Therefore, based on the average score of the overall nutritional status of students of SMP Negeri 6 Selat Panjang categorized Less Good.

**Keywords:** *Nutritional Status Overview*

# TINJAUAN STATUS GIZI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 6 SELAT PANJANG

Erwinsah<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
erwinsyah.11@yahoo.com<sup>1</sup>, nitawijayanti87@yahoo.com<sup>3</sup>

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

**ABSTRAK**, Penelitian ini mengungkapkan masalah tentang keadaan status gizi siswa di SMPN 6 Selat Panjang, Masalah yang terjadi dalam penelitian ini di sebabkan karena kurangnya perhatian orang tua, ekonomi keluarga, perhatian sekolah dan program kesehatan sekolah. Terjadinya masalah terhadap gizi siswa di sekolah tersebut, maka peneliti mengajukan penelitian dengan judul Tinjauan terhadap status gizi siswa di SMPN 6 Selat Panjang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif . Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMPN 6 Selat Panjang. Penarikan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *Popurposive Sampling*. Sampel yang peneliti pilih dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMPN 6 Selat Panjang dengan jumlah 233 orang. Teknik pengambilan data dilakukan dengan BB/U (Berat Badan/Umur) dengan membagi Berat Badan dengan Umur sampel (Median baku *National Centre For Health Statistics*). Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan perhitungan persentase. Setelah dilakukan penganalisan terhadap data variabel yang diteliti di dapatkan hasil bahwa status gizi yang diolah melalui BB/U dari keseluruhan siswa kelas VII yang berjumlah 233 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 89 orang dengan persentase 38,19 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Sedang sebanyak 57 dengan persentase 24,46 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Kurang sebanyak 61 dengan persentase 26,18 %, sedangkan siswa bergizi buruk sebanyak 26 dengan persentase 11,15 %. Skor rata-rata penilaian terhadap staus gizi siswa kelas VII adalah 58 dengan persentase 24,89 %. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa SMP Negeri 6 Selat Panjang dikatagorikan Kurang Baik.

**Kata kunci:** *Tinjaun Status Gizi*

## PENDAHULUAN

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".

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 Status gizi 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 oraang tua siswa dirumah. Status gizi siswa yang baik dapat mengangkat nama baik di Selat Panjang hendaknya memiliki status gizi yang baik. 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.

Banyaknya sekolah di Selat Panjang, khususnya siswa SMP. Ternyata ditemukan suatu sekolah yang memiliki masalah terhadap gizi siswa. Hal tersebut diketahui dari postur tubuh siswa tersebut. Ada siswa yang memiliki poztur tubuh kurus kecil, kurus tinggi, dan juga gemuk. Hal ini mungkin disebabkan karena perhatian orang tua terhadap status gizi siswa sangat rendah. Sekolah sangat jarang melakukan kegiatan kesehatan tentang status gizi siswa di sekolah. Rendahnya perekonomian dari orang tua siswa menjadikan status gizi siswa menjadi rendah, karena payahnya mendapatkan makanan yang bergizi.

Berdasarkan masalah demikian maka peneliti berkeinginan membuat suatu penelitian terhadap status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang. Adanya penelitian terhadap status gizi siswa di sekolah tersebut diharapkan dapat menjadi pedoman bagi semua pihak terhadap status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang 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 keadan atau kedudukan (misal tentang badan)” dan ”gizi adalah zat makanan pokok yang dipelukan 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 dikonsumsinya. Mutohir dan Gusril, (2004:57) menOverweightkan “Status Gizi adalah kondisi dari setiap individu yang dipengaruhi oleh setiap zat makanan”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantatif. Penelitian ini memaparkan dengan jelas bagai mana status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang.

Sesuai dengan temuan masalah pada suatu sekolah diSelat Panjang terhadap status gizi siswa maka tempat penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 6 Selat Panjang. Populasi Dalam penelitian ini berjumlah 16 orang yang merupakan pemain inti SSB Chevron Rumbai Pekanbaru U-12 yang telah dipilih berdasarkan kompetisi yang dilakukan pada saat peneliti melakukan observasi.

Berhubung sampel lebih dari 100 orang maka peneliti menarik sampel menggunakan teknik *Pourporsive Sampling* Arikunto (1989:34) dari siswa dilokal VII.1, VII.2, VII.3, VII.4, VII.5 dan VII. 6 sebanyak 233 orang.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Analisis dan pembahasan yang dikemukakan pada bab ini adalah yang berkaitan terhadap Tinjauan status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari observasi lapangan kemudian diolah 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.

### **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 SMP Negeri 6 Selat Panjang masing masing kelas yaitu klas VII.1, VII.2, VII.3, VII.4, VII.5 dan VII.6. sebagai berikut :

## Status Gizi Sisiwa SMP Negeri 6 Selat Panjang.

Menganalisis status gizi siswa SMP Negeri 6 Selat Panjang dapat dilihat dari Faktor Status gizi siswa dari masing-masing lokal di kelas VII. Untuk melihat Status Gizi Siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang, 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  $BB/U =$

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

Dalam penelitian ini akan ditampilkan distribusi dari masing-masing aspek yang dinilai untuk menemukan hasil persentase deskriptif dengan menggunakan rumus  $P = \frac{f}{n} \times 100\%$  terhadap siswa VII.1, VII.2, VII.3, VII.4, VII.5 dan VII.6. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tampilan dibawah ini:

TABEL 4  
Distribusi frekuensi Berat Badan/ Umur (BB/U) Siswa VII SMPN 6 SELAT PANJANG Kelayang

No.	Kelas	Staus Gizi Siswa								FSG	%	Skor Rata-rata	Persentase
		GB	%	GS	%	GK	%	GBK	%				
1	Kelas VII. 1	20	51,82	13	33,33	6	15,38	-	-	<b>39</b>	100 %	58	24,89
2	Kelas VII. 2	18	48,64	10	27,02	6	16,21	3	8,10	<b>37</b>	100 %		
3	Kelas VII. 3	18	45	5	12,5	11	27,5	6	15	<b>40</b>	100 %		
4	Kelas VII. 4	12	30,76	12	30,76	12	30,76	3	7,69	<b>39</b>	100 %		
5	Kelas VII. 5	9	23,68	8	21,05	13	34,21	8	21,05	<b>38</b>	100 %		
6	Kelas VII. 6	12	30	9	22,5	13	32,5	6	15	<b>40</b>	100 %		
	Total	89	38,19	57	24,46	61	26,18	26	11,15	<b>233</b>	<b>100 %</b>		

Dari table hasil BB/U SMP Negeri 6 Selat Panjang diatas, untuk penilaian status gizi siswa kelas VII.1, VII.2, VII.3, VII.4, VII.5 dan VII.6, ditemukan bahwa status gizi yang diolah melalui BB/U dari keseluruhan siswakelas VII yang berjumlah 233 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 89 orang dengan persentase 38,19 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Sedang sebanyak 57 dengan persentase 24,46 %, siswa yang memiliki satatus Gizi Kurang sebanyak 61 dengan persentase 26,18 %, sedangkan siswa bergizi buruk sebanyak 26 dengan persentase 11,15 %. Skor rata-rata penilaian terhadap staus gizi siswa kelas VII adalah 58 dengan persentase 24,89 %. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa SMP Negeri 6 Selat Panjang dikatagorikan Kurang Baik.

## 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 SMP Negeri 6 Selat Panjang 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 SMP Negeri 6 Selat Panjang.

Staus Gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang dari hasil analisis dapat dikatagorikan kurang baik. Penganalisisan status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang

yang dilakukan pada siswa kelas VII.1, VII.2, VII.3, VII.4, VII.5 dan VII.6, dari masing-masing kelas dilakukan analisis dan didapatkan hasil rata-rata status gizi siswa tersebut di kategorikan kurang. Hasil observasi yang peneliti lakukan di lapangan, kurangnya status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang disebabkan karena sekolah tersebut terletak di daerah pinggiran kota. Siswa yang sekolah di SMP 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 SMP Negeri 6 Selat Panjang.

Selain perekonomian yang mempengaruhi buruknya status gizi siswa di sekolah tersebut peneliti menemukan pada observasi dilapangan. Tinjauan dari pihak dinas kesehatan terhadap keadaan kesehatan siswa di sekolah tersebut sangat jarang. Meskipun SMP Negeri 6 Selat Panjang dekat dengan rumah sakit daerah, tetapi sangat jarang bahkan tidak pernah melakukan peninjauan yang dilakukan oleh dinas kesehatan tersebut terhadap status gizi siswa tersebut. Selanjutnya kurang perhatian orang tua terhadap status gizi siswa di rumah dan di sekolah dapat menjadikan buruknya status gizi siswa tersebut. Meskipun perekonomian siswa sekolah tersebut tergolong menengah kebawah, namun demikian perhatian orang tua hendaknya ada terhadap status gizi anaknya.

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 SMP Negeri 6 Selat Panjang, maka dalam pembahasan ini telah dapat dijelaskan sesuai dengan hasil analisis status gizi siswa bahwa, status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang dikategorikan kurang.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Setelah dilakukan penganalisan terhadap status gizi siswa di SMP Negeri 6 Selat Panjang 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 yang berjumlah 233 orang siswa adalah yang memiliki Gizi Baik sebanyak 89 orang dengan persentase 38,19 %, siswa yang memiliki status Gizi Sedang sebanyak 57 dengan persentase 24,46 %, siswa yang memiliki status Gizi Kurang sebanyak 61 dengan persentase 26,18 %, sedangkan siswa bergizi buruk sebanyak 26 dengan persentase 11,15 %. Skor rata-rata penilaian terhadap status gizi siswa kelas VII adalah 58 dengan persentase 24,89 %. Dengan demikian berdasarkan skor rata-rata status gizi keseluruhan siswa SMP Negeri 6 Selat Panjang 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 Selat Panjang.

#### **DAFTAR KEPUSTAKAAN**

- Arikunto, Suharsimi. (1989) *Prosedur Penelitian*. Jakarta ; Bina Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (1989) *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Praktek*, Jakarta Bina Aksara.
- 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.
- Winarno. 1996. *Gizi dan Makanan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta