

**STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI 2 JINTUNG
KECAMATAN AYAH KABUPATEN KEBUMEN
TAHUN 2015**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Wari Suyatno
NIM. 11601247288

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul "Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015" ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 28 Agustus 2015
Dosen Pembimbing,



Sriawan, M.Kes.
NIP. 19580830 198703 1 003

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 27 Agustus 2015
Yang menyatakan,



Wari Suyatno
NIM. 11601247288

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015" yang disusun oleh Wari Suyatno, NIM 11601247288 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal 14 Agustus 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sriawan, M.Kes	Ketua Penguji		24-08-2015
Sri Mawarti, M.Pd	Sekretaris Penguji		28-08-2015
Amat Komari, M.Si	Penguji I (Utama)		11-08-2015
Dr.Subagyo	Penguji II (Pendamping)		20-08-2015

Yogyakarta, Agustus 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan



Kampus Agus Sudarko, M.S.

00119600824 198601 1 001 z

MOTTO

1. Hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan hari esok adalah harapan (penulis).
2. Janganlah larut dalam satu kesedihan karena masih ada hari esok yang menyongsong dengan sejuta kebahagiaan (penulis).
3. Sesuatu yang belum dikerjakan seringkali tampak mustahil, kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik. (Evelyn Underhill).
4. Kau harus yakin pada diri sendiri, ketika orang lain tidak yakin pada dirimu. Itulah yang menjadikanmu seorang pemenang (Venus Williams).
5. Mendidik generasi muda di bidang olahraga
Membentuk insan mandiri berakhlaq mulia
Citius, Altius, Fortius itu jembatannya
Meningkat cepat tinggi dan kuat raganya
Lepaskan problem yang ada
Dari lawanmu dengan taktikmu
FIK yang selalu kita cinta
Membanggakan alumninya
(A. Komari, 31 Agustus 2015)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

Ibu Jasiyah, ibuku tercinta yang selalu mendoakanku serta berkorban secara moral dan materi demi anak-anaknya.

**STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI 2 JINTUNG
KECAMATAN AYAH KABUPATEN KEBUMEN
TAHUN 2015**

Oleh
Wari Suyatno
NIM. 11601247288

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi belum diketahuinya status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi berdasarkan pendapatan orang tua siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015.

Penelitian ini merupakan deskriptif dengan metode survei dengan teknik pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mendapatkan data mengenai status gizi tanpa membuat perbandingan. Penelitian ini merupakan penelitian populasi, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 yang berjumlah 34 siswa. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yaitu sebanyak 34 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”. Penelitian ini menyimpulkan bahwa status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 termasuk dalam kategori "Baik".

Kata kunci: *status gizi, siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas segala karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung Kecamatan Ayah Kabupaten Kebumen Tahun 2015”.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. MA., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk bisa menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan POR, yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk belajar di Jurusan POR ini.
4. Bapak Sriawan, M.Kes., Ketua Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta dan sekaligus menjadi dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Yudanto, M.Pd., selaku Dosen Penasehat Akademik, yang selalu memberikan bimbingan dan arahan selama studi.
6. Bapak/Ibu Dosen dan Karyawan FIK UNY, yang telah memberikan mencurahkan segudang ilmu kepada peneliti selama studi.

7. Bapak Haryadi, S.Pd.SD., Kepala SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah Kabupaten Kebumen, yang telah memberikan izin untuk pengambilan data.
8. Bapak/Ibu Guru dan Karyawan SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah Kabupaten Kebumen, yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi.
9. Siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah Kabupaten Kebumen yang telah berpartisipasi aktif selama penelitian.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik yang membangun demi tercapainya perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini berguna bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, 27 Agustus 2015
Penulis,

Wari Suyatno
NIM. 11601247288

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
<i>MOTTO</i>	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	 7
A. Deskripsi Teori.....	7
1. Hakikat Gizi	7
2. Pengertian Zat Gizi	9
3. Pengertian Status Gizi	15
4. Penilaian Status Gizi	16
5. Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB)	17
6. Pengukuran Status Gizi Berdasarkan Antropometri	18
B. Penelitian yang Relevan	21
C. Kerangka Berpikir.....	22

BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian	24
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	24
C. Populasi Penelitian	24
D. Waktu dan Tempat Penelitian	25
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	25
F. Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil Penelitian	27
1. Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	29
2. Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	30
3. Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	31
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan	35
B. Implikasi Hasil Penelitian	35
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	35
D. Saran-Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penilaian Status Gizi Berdasar BB/TB	25
Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Penilaian Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	27
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	29
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	30
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	32

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Histogram Rekapitulasi Hasil Penilaian Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	28
Gambar 2. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	30
Gambar 3. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	31
Gambar 4. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	39
Lampiran 2. Sertifikat Peneraan Timbangan Badan	40
Lampiran 3. Sertifikat Ukuran Tinggi Badan	42
Lampiran 4. Indeks Berat Badan Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 6-17 Tahun	44
Lampiran 5. Penilaian Status Gizi Berdasar BB/TB	45
Lampiran 6. Data Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	46
Lampiran 7. Data Pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan dan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	47
Lampiran 8. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen...	48
Lampiran 9. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	49
Lampiran 10. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	50
Lampiran 11. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen	51
Lampiran 12. Foto Kegiatan Pengambilan Data	52

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gizi merupakan faktor penunjang yang penting yang harus diperhatikan oleh guru pendidikan jasmani dan juga oleh orang tua dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, lebih-lebih bagi peserta didik yang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan diperlukan asupan gizi yang optimal pula. Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja akan tetapi masyarakat juga perlu memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi tiap harinya, sebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor terkait.

Masalah gizi meskipun berkait dengan masalah kekurangan pangan, pemecahannya tidak selalu berupa peningkatan produksi dan pengadaan pangan. Pada kasus tertentu, seperti dalam keadaan krisis masalah gizi muncul akibat masalah ketahanan pangan di tingkat rumah tangga, yaitu kemampuan orang tua mencukupi seluruh anggotanya. Salah satu faktor untuk dapat mencukupi gizi anggota keluarga adalah pendapatan orang tua. Menyadari hal itu, peningkatan status gizi masyarakat memerlukan kebijakan yang menjamin setiap anggota masyarakat untuk memperoleh makanan yang cukup dalam jumlah dan mutunya. Dalam konteks itu masalah gizi tidak lagi

semata-mata masalah kesehatan tetapi juga masalah kemiskinan, pemerataan, dan masalah kesempatan kerja.

Masalah gizi juga berkaitan dengan kualitas sumber daya manusia pada masa mendatang, berkaitan dengan masalah tersebut maka masyarakat haruslah memperhatikan berbagai hal yang berhubungan dengan zat gizi yang ada dalam makanan. Makanan yang dikonsumsi haruslah mengandung berbagai zat yang dibutuhkan oleh tubuh seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air, tetapi itu semua harus kita konsumsi dengan pola makan yang benar sesuai kebutuhan.

Selama ini prioritas pemenuhan gizi di Indonesia hanya terfokus pada anak-anak dan balita, ibu hamil dan menyusui. Banyak posyandu-posyandu dan Puskesmas berdiri di tengah masyarakat tak lain hanya sebagai wujud kepedulian terhadap pemenuhan gizi pada balita, ibu hamil, lansia. Masalah status gizi untuk siswa SD masih kurang diperhatikan, bahkan selama ini belum tersentuh apalagi mendapatkan perhatian secara khusus. Padahal diketahui bersama, bahwa pada anak usia ini justru harus mendapatkan perhatian secara khusus. Bahwa pada anak usia ini justru harus mendapatkan perhatian yang lebih demi pertumbuhan dan perkembangan mereka nantinya.

Perhatian orangtua pada kebutuhan gizi yang diperlukan oleh siswa akan menentukan proses pertumbuhan dan perkembangan fisik. Dengan tercukupinya zat gizi makanan, tentunya para siswa akan memiliki tingkat status gizi yang baik, kebutuhan energi pada siswa akan tercukupi sehingga siswa akan tampak bergairah, aktif, serta bersemangat dalam melakukan

berbagai kegiatan. Hal tersebut sangat berhubungan erat dengan pelaksanaan proses pembelajaran yang dilaksanakan siswa di dalam sekolah, terutama dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Siswa yang memiliki keadaan gizi yang baik akan selalu aktif, bersemangat dan tidak mudah lelah dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani. Sebaliknya siswa yang memiliki keadaan gizi yang tidak baik akan mengalami masalah dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani karena menjadi kurang aktif, kurang bersemangat dan cepat mengalami kelelahan apabila melakukan aktivitas jasmani.

Pengetahuan tentang tingkat status gizi siswa didik yang diketahui oleh guru Pendidikan Jasmani akan mempermudah untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan yang berkaitan dengan kesehatan terutama dalam hal ini adalah menyangkut status gizi siswa. Selain itu juga dapat memberikan gambaran secara langsung mengenai keadaan gizi masing-masing siswa. Faktor-faktor yang mempengaruhi tidak terpenuhinya kecukupan gizi siswa dapat dilihat dari beberapa faktor antara lain, yaitu: keterbatasan ekonomi keluarga, pengetahuan orang tua yang kurang tentang pentingnya makanan bergizi pada siswa, serta keadaan tempat tinggal.

Kenyataan yang di dapat dari hasil observasi di SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 adalah seluruh peserta didik berasal dari pegunungan dan sebagian besar dari keluarga tidak mampu. Faktor keluarga sangat berperan bagi pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada siswa, baik fisik maupun psikologi. Selain itu orang tua juga

memiliki banyak kesibukan, terlihat kurang memperhatikan gizi anak-anaknya. Padahal makanan yang dikonsumsi dan pola makan siswa perlu diperhatikan supaya asupan gizi dan energi yang dikeluarkan siswa bisa seimbang sehingga siswa mengalami proses yang baik dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun psikisnya. Di samping pertumbuhan dan perkembangan yang terhambat, anak yang memiliki gizi buruk akan mengalami penurunan kemampuan berpikir karena kurang konsentrasi yang berakibat prestasi peserta didik akan menurun. Hal itu bisa terjadi karena metabolisme di otak berubah, oleh sebab itu mereka sangat membutuhkan perhatian khusus terutama dalam hal kebutuhan gizi yang seimbang. Pola makan juga merupakan salah satu hal yang perlu diperhatikan untuk mencegah gizi buruk.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti menganggap perlu mengadakan penelitian status gizi untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen. Keinginan untuk mengetahui kondisi siswa SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen dalam proses pertumbuhan tentunya membutuhkan data tentang keadaan gizi mereka. Namun data status gizi masih belum ada, sehingga perlu diadakan penelitian yang berjudul: “Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Banyak peserta didik berasal dari keluarga tidak mampu.
2. Sebagian besar orang tua peserta didik belum mengetahui masalah gizi.
3. Belum diketahuinya status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen.
4. Belum pernah ada penelitian tentang status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen.

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah di atas maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut: “Seberapa besar status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015.

F. Manfaat Penelitian

Dengan diketahuinya status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak terkait antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi referensi guna memperluas khasanah ilmu pengetahuan dan dapat sebagai pedoman penelitian apabila dibutuhkan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah, dapat memberikan masukan bagi sekolah untuk menyusun program-program yang berkaitan dengan peningkatan status gizi anak didiknya.
- b. Bagi orang tua, sebagai masukan dalam memberikan makanan tambahan dengan harapan dapat meningkatkan status gizi putra-putrinya.
- c. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai bahan masukan agar lebih perhatian terhadap anak didiknya, terutama yang berhubungan dengan status gizi
- d. Bagi peneliti berikutnya, dapat digunakan sebagai bekal baik dalam keluarga, dunia kerja maupun hidup di masyarakat.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Gizi

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 2) gizi berasal dari bahasa Arab "Giza" yang berarti zat makanan dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *nutrition* yang berarti bahan makanan atau zat gizi atau ilmu gizi. Lebih luas gizi diartikan sebagai suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga.

Menurut Suhardjo (2006: 14) gizi membicarakan tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan dan proses dimana organisme menggunakan makanan untuk memelihara kehidupan, pertumbuhan, bekerjanya anggota dan jaringan tubuh secara normal dan produksi tenaga. Gizi kurang merupakan keadaan yang tidak sehat yang timbul karena tidak cukup makanan, salah satu tanda utama dari gizi kurang adalah menurunnya berat badan. Gizi lebih merupakan keadaan yang tidak sehat yang disebabkan karena kebanyakan makanan dan kegemukan merupakan tanda pertama yang biasa dilihat dari keadaan gizi lebih.

I Dewa Nyoman Supriasa (2002: 17) juga menyatakan bahwa gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi

secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi. Sunita Almatsier (2009: 3) mengatakan secara klasik zat gizi hanya dihubungkan dengan kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun dan memelihara jaringan tubuh, serta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh.

Menurut Em Zul Fajri & Ratu Aprilia Senja (2008: 332) gizi merupakan zat makanan yang diperlukan bagi tubuh dan kesehatan. Marsetyo & Kartasapoetra (2008: 4) menyatakan bahwa pertumbuhan dan perkembangan tubuh manusia dapat melakukan kegiatan fisiknya sehari-hari, maka tubuh manusia harus dipenuhi kebutuhan zat-zat makanan/zat-zat gizinya. Kadar zat makanan (gizi) pada setiap makanan memang tidak sama, ada yang rendah ada pula yang tinggi karena itu dengan memperhatikan "empat sehat lima sempurna" yang selalu dianjurkan pemerintah, setiap bahan makanan akan saling melengkapi zat makanan/zat gizinya yang selalu dibutuhkan tubuh manusia guna menjamin pertumbuhan dan perkembangan fisik serta energi yang cukup guna melaksanakan kegiatan-kegiatannya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gizi merupakan zat makanan yang diperlukan bagi tubuh dan kesehatan diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh manusia agar dapat melakukan kegiatan fisiknya sehari-hari, maka tubuh manusia harus dipenuhi kebutuhan zat-zat makanan/zat-zat gizinya

2. Pengertian Zat Gizi

Zat gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan (Sunita Almatsier, 2009: 3). Gizi merupakan bagian penting yang dibutuhkan oleh tubuh guna perkembangan dan pertumbuhan dalam tubuh dan untuk memperoleh energi, agar manusia dapat melaksanakan kegiatan fisiknya sehari-hari. Secara umum ada 3 kegunaan makanan bagi tubuh (tri guna makanan), yakni: 1) makanan sebagai sumber tenaga terdiri dari karbohidrat, lemak dan protein, 2) makanan sumber zat pembangun terdiri dari protein dan air, dan 3) makanan sumber zat pengatur terdiri dari vitamin dan mineral (Djoko Pekik Irianto, 2006: 5). Adapun manfaat dari zat-zat makanan tersebut sebagai berikut:

a. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan senyawa sumber energi utama bagi tubuh manusia kira-kira 80% kalori yang didapat tubuh berasal dari karbohidrat. Karbohidrat tersusun atas unsur karbon (C), hidrogen (H) dan oksigen (O), terdapat dalam tumbuhan seperti: beras, jagung, gandum dan umbi-umbian yang terbentuk melalui proses asimilasi yang terjadi dalam tumbuhan.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 9) dalam tubuh manusia, karbohidrat bermanfaat untuk berbagai keperluan tubuh, antara lain:

- 1) Sumber energi utama yang diperlukan untuk gerak
- 2) Pembentuk cadangan sumber energi, kelebihan karbohidrat

dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan sumber energi yang sewaktu-waktu dapat dipergunakan.

3) Memberi rasa kenyang.

Sjahmien Moehji (1976: 11) berdasarkan susunan kimia, karbohidrat dibagi menjadi tiga golongan, yaitu:

- 1) Monosakarida (Gula Sederhana)
Monosakarida adalah karbohidrat yang paling sederhana yang merupakan molekul terkecil dari karbohidrat. Dalam tubuh monosakarida langsung diserap oleh dinding-dinding usus halus dan masuk kedalam peredaran darah.
- 2) Disakarida (Gula Ganda)
Disakarida adalah gabungan antara dua monosakarida. Dalam proses metabolisme disakarida akan dipecah menjadi dua molekul monosakarida oleh enzim dalam tubuh.
- 3) Polisakarida (Karbohidrat Komplek)
Polisakarida merupakan gabungan beberapa molekul monosakarida.
Beberapa polisakarida yang penting antara lain:
 - a) Zat pati: sumber kalori yang sangat penting karena sebagian besar hidrat arang dalam makanan terdapat dalam bentuk zat pati ini.
 - b) Glikogen: cadangan hidrat arang dalam tubuh yang disimpan dalam hati dan otot-otot.
 - c) Cellulose: bagian yang tak dapat dicerna dari tumbuh-tumbuhan oleh alat pencernaan manusia.

b. Protein

Protein adalah senyawa kimia yang mengandung asam amino, tersusun atas atom-atom C, H, O dan N. Protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain, yaitu membangun serta memelihara sel-sel serta jaringan tubuh. Protein membentuk hormon untuk pertumbuhan dan mengganti jaringan yang aus, perkembangan seks dan metabolisme. Di samping itu protein juga berguna melindungi supaya keseimbangan asam dan basa di dalam darah dan jaringan

terpelihara, selain itu juga mengatur keseimbangan air dalam tubuh. Menurut Sunita Almatsier (2009: 100) bahan makanan hewani merupakan sumber protein yang baik, dalam jumlah maupun mutu, seperti: telur, susu, daging, unggas, ikan dan kerang. Sumber protein nabati adalah kacang kedelai dan hasilnya, seperti: tempe, tahu, serta kacang-kacangan lainnya. Kacang kedelai merupakan sumber protein nabati yang mempunyai mutu atau nilai biologi tertinggi. Apabila tubuh kekurangan protein, maka serangan penyakit busung lapar akan terjadi. Busung lapar adalah tingkat terakhir dari kelaparan terutama akibat kekurangan protein dalam waktu lama (Sjahmien Moehji, 1976: 25).

Protein secara berlebihan tidak menguntungkan tubuh, makanan yang tinggi protein biasanya tinggi lemak sehingga dapat menyebabkan obesitas. Kelebihan protein dapat menimbulkan masalah lain terutama pada bayi. Kelebihan asam amino memberatkan ginjal dan hati yang harus memetabolisme dan mengeluarkan kelebihan nitrogen.

c. Lemak

Lemak adalah garam yang terjadi dari penyatuan asam lemak dengan alkohol organik yang disebut gliserol atau gliseril. Lemak yang cair dalam temperatur biasa disebut minyak, sedangkan yang berbentuk padat dalam bahasa inggris disebut *fat* atau lemak. Sumber lemak yang berasal dari hewani adalah susu, keju, telur, daging ternak besar (sapi, kambing, dll), unggas dan mentega, sedangkan sumber lemak nabati adalah margarin, alpukat, kacang-kacangan dan minyak sayur (kelapa,

jagung dan lain-lain).

Lemak merupakan senyawa organik yang majemuk terdiri atas unsurunsur karbon, hidrogen, dan oksigen, yang membentuk asam lemak dan gliserol, apabila bergabung dengan zat lain akan membentuk lipid, fosfad dan sterol. Kecukupan lemak sebaiknya memenuhi 15-30% kebutuhan energi total dianggap baik untuk kesehatan (Sunita Almtsier, 2001: 72). Menurut Sjahmien Moehji (1976: 16) guna simpanan lemak dalam tubuh manusia untuk:

- 1) Sebagai cadangan tenaga.
- 2) Sebagai bantalan bagi alat-alat tubuh seperti ginjal, biji mata.
- 3) Sebagai isolasi hingga panas tubuh tidak banyak keluar.
- 4) Mempertahankan tubuh dari gangguan-gangguan luar seperti pukulan-pukulan, atau bahan-bahan yang berbahaya seperti zat-zat yang dapat merusak jaringan otot.
- 5) Memberi garis bentuk tubuh yang baik.

Djoko Pekik Irianto (2006: 11) dalam tubuh, lemak bermanfaat: 1) sebagai sumber energi, 1 gram lemak menghasilkan 9 kcal, 2) melarutkan vitamin sehingga dapat diserap usus, 3) memperlama rasa kenyang.

d. Vitamin

Vitamin merupakan zat-zat organik kompleks yang dibutuhkan dalam jumlah sangat kecil dan pada umumnya tidak dapat dibentuk oleh tubuh. Oleh karena itu, harus didatangkan dari makanan. Vitamin termasuk kelompok zat pengatur pertumbuhan dan pemeliharaan kehidupan. Karena vitamin merupakan zat organik maka vitamin dapat rusak karena penyimpanan dan pengelolaan. Vitamin membentuk enzim yang berfungsi sangat penting bagi tubuh, yaitu untuk mempertahankan kesehatan. Enzim

yang bertindak sebagai katalis kimia menolong proses oksidasi dalam sel dan melancarkan proses biokimia yang berkaitan dengan metabolisme, pembiakan sel, pencernaan dan pertumbuhan.

Seseorang yang kekurangan vitamin dapat mengalami avitaminosis, sedangkan orang yang kelebihan vitamin dapat mengalami hipervitaminosis yang mengakibatkan kurang baik untuk tubuh. Avitaminosis dan hipervitaminosis sama-sama dapat menimbulkan gangguan terhadap kesehatan tubuh, jadi sebaiknya vitamin yang diperlukan tubuh diusahakan agar tidak kekurangan dan tidak berlebihan.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 15) vitamin digolongkan menjadi dua kelompok, yaitu:

- 1) Vitamin larut dalam air
Vitamin yang termasuk kelompok larut dalam air adalah vitamin B dan C, jenis vitamin ini tidak dapat disimpan dalam tubuh, kelebihan vitamin ini akan dibuang lewat urin, sehingga defisiensi vitamin B dan C lebih mudah terjadi.
- 2) Vitamin larut dalam lemak
Vitamin yang termasuk dalam kelompok ini adalah vitamin A, D, E dan K. Jenis vitamin ini dapat disimpan dalam tubuh dalam jumlah cukup besar terutama di hati.

e. Mineral

Mineral merupakan bagian dari tubuh yang mempunyai peranan penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh. Di samping itu mineral berperan dalam berbagai tahap metabolisme. Keseimbangan ion-ion mineral di dalam cairan tubuh diperlukan untuk pengaturan pekerjaan enzim-enzim, pemeliharaan keseimbangan asam basa membantu transfer ikatan-ikatan penting melalui membran sel dan pemeliharaan kepekaan

otot dan saraf terhadap rangsangan. Sumber paling baik mineral adalah makanan hewani, kecuali magnesium yang lebih banyak terdapat di dalam makanan nabati. Hewan memperoleh mineral dari tumbuh-tumbuhan dan menumpuknya di dalam jaringan tubuhnya. Di samping itu, mineral berasal dari makanan hewani mempunyai ketersediaan biologi lebih tinggi daripada makanan yang berasal dari makanan nabati.

Unsur-unsur mineral adalah karbon (C), hydrogen (H), oksigen (O) dan nitrogen (N), selain itu mineral juga mempunyai unsur kimia lainnya, yaitu kalsium (Ca), klorida (Cl), besi (Fe), magnesium (Mg), fosfor (P), kalium (K), natrium (Na), dan sulfur (S). Mineral merupakan komponen penting dari tulang, gigi, otot, jaringan, darah dan saraf. Mineral penting dalam pemeliharaan dan pengendalian semua proses faal di dalam tubuh, mengeraskan tulang, membantu kesehatan jantung, otak dan saraf. Selain itu mineral mineral juga membantu dalam pembuatan antibodi, yaitu sel-sel yang berfungsi membunuh kuman.

f. Air

Air dalam tubuh manusia merupakan zat gizi yang penting dan fungsinya tidak dapat digantikan oleh senyawa lain. Kebutuhan air di dalam tubuh umumnya terpenuhi dari air yang kita minum, dari air yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi, dan dari air yang terbentuk di dalam sel sebagai hasil proses oksidasi makanan. Tubuh manusia mengandung air kira-kira 60-70%. Di dalam tubuh air merupakan dasar bagi cairan intraselular dan ekstraseluler, serta menjadi semua bagian

sekresi dan ekskresi tubuh.

Menurut Sunita Almatsier (2009: 221) air mempunyai beberapa fungsi dalam proses vital tubuh, yaitu:

- 1) pelarut dan alat angkut
- 2) katalisator
- 3) pelumas
- 4) fasilitator pertumbuhan
- 5) pengatur suhu
- 6) perendam benturan

Kebutuhan air diatur oleh beberapa kelenjar, seperti hipofisis, tiroid anak ginjal dan kelenjar keringat. Di dalam tubuh, air berfungsi untuk membantu proses pencernaan makanan, mengangkut zat-zat gizi ke seluruh sel tubuh, mengeluarkan sisa-sisa pencernaan makanan, melumasi persendian dan mengurangi resiko pembentukan batu ginjal.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa zat gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Secara umum, zat gizi yang ada dalam makanan memiliki 3 kegunaan bagi tubuh (tri guna makanan), yakni: 1) makanan sebagai sumber tenaga terdiri dari karbohidrat, lemak dan protein, 2) makanan sumber zat pembangun terdiri dari protein dan air, dan 3) makanan sumber zat pengatur terdiri dari vitamin dan mineral.

3. Pengertian Status Gizi

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan makanan. Susunan makanan yang memenuhi

kebutuhan gizi tubuh, pada umumnya menciptakan status gizi yang memuaskan (Suhardjo, 2006: 15). Status gizi merupakan keseimbangan antara zat gizi yang dikonsumsi tubuh dengan energi yang dikeluarkan tubuh, sehingga dapat menggambarkan apakah seseorang berada dalam gizi kurang, gizi baik, gizi lebih atau obesitas yang dapat ditandai melalui pengukuran secara klinik, antropometri, dan laboratorium.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 3) status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat dikatakan bahwa status gizi merupakan indikator baik-buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan untuk mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu pertumbuhan bagi anak serta menunjang prestasi olahraga. Status gizi anak secara luas dapat digunakan sebagai indikator untuk menunjukkan tingkat perkembangan sosial ekonomi suatu daerah, bahkan bangsa.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan makanan, sehingga dapat menggambarkan keadaan seseorang berada dalam gizi kurang, gizi baik, gizi lebih atau obesitas yang dapat ditandai melalui pengukuran secara klinik, antropometri, dan laboratorium.

4. Penilaian Status Gizi

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 3) penilaian status gizi dapat dilakukan dengan berbagai cara, meliputi:

- a. Pemeriksaan langsung
 - 1) Antropometri, pengukuran tinggi badan, berat badan, tebal lemak tubuh.
 - 2) Biokimia, pemeriksaan laboratorium (biokimia) terutama untuk mengetahui keadaan hemoglobin, feritin, glukosa dan kolesterol.
 - 3) Klinis, untuk mengetahui keadaan kekurangan zat gizi tertentu.
- b. Pemeriksaan tidak langsung
 - 1) Survei konsumsi, dilakukan dengan wawancara kebiasaan makan dan penghitungan konsumsi sehari-hari.
 - 2) Statistik Vital, dilakukan dengan menganalisis data kesehatan, seperti angka kematian, kesakitan dan kematian akibat hal-hal yang berhubungan dengan status gizi.
 - 3) Faktor Ekologi, didasarkan atas ketersediaan makanan yang dipengaruhi oleh faktor ekologi (iklim, tanah, irigasi, dll).

Suhardjo (2006: 115) mengemukakan bahwa penilaian status gizi dapat dipakai sebagai landasan untuk pengembangan program masyarakat dan nasional dalam membantu mengatasi kurang gizi. Penilaian status gizi memberi kejelasan tentang keadaan gizi seseorang, kelompok, maupun masyarakat. Untuk menentukan atau menaksir gizi seseorang, kelompok, atau masyarakat dilakukan pengukuran untuk menilai berbagai tingkat kurang gizi yang ada. Pengukuran yang digunakan biasanya menunjuk pada indikator atau parameter yang digunakan sebagai indeks untuk menunjukkan tingkatan status gizi dan kesehatan yang berbeda-beda.

Dari berbagai cara penilaian status gizi di atas, yang paling sering dan mudah dilakukan adalah dengan cara pengukuran antropometri, di samping paling menghemat waktu juga karena lebih menghemat biaya.

5. Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB)

Berat badan memiliki hubungan yang linier dengan tinggi badan. Dalam keadaan normal, perkembangan berat badan akan searah dengan pertumbuhan tinggi badan dengan kecepatan tertentu. I Dewa Nyoman

Supriasa (2002: 56) memperkenalkan indeks BB/TB untuk menilai status gizi. Indeks BB/TB merupakan indikator yang baik untuk menilai status gizi saat ini (sekarang). Indeks BB/TB adalah merupakan indeks yang independen terhadap umur. Berdasarkan sifat-sifat tersebut, indeks BB/TB mempunyai kelebihan dan kelemahan, seperti yang diuraikan di bawah ini:

- a. Kelebihan indeks BB/TB:
 - 1) Data umur tidak terlalu diperlukan
 - 2) Dapat membedakan proporsi badan (gemuk, normal dan kurus)
- b. Kelemahan indeks BB/TB:
 - 1) Tidak dapat memberikan gambaran apakah anak tersebut pendek, cukup tinggi badan, atau kelebihan tinggi badan menurut umurnya, karena faktor umur tidak diperhitungkan.
 - 2) Membutuhkan dua macam alat ukur.
 - 3) Pengukuran relatif lebih lama.
 - 4) Membutuhkan paling sedikit dua orang untuk melakukannya.
 - 5) Sering terjadi kesalahan dalam pembacaan hasil pengukuran.

Berdasarkan uraian di atas, kelemahan indeks BB/TB sebagian besar disebabkan oleh kekurangan atau kesalahan dari petugas itu sendiri, sehingga dalam proses penelitian ini petugas hendaknya lebih berkonsentrasi agar kesalahan-kesalahan dapat diminimalkan.

6. Pengukuran Status Gizi Berdasarkan Antropometri

Anthropometri berasal dari kata *anthropos* yang artinya tubuh dan *metros* yang artinya ukuran. Maka dapat dimengerti bahwa, anthropometri adalah berhubungan antara berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Berbagai jenis ukuran tubuh tersebut antara lain: berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan dan tebal lemak di bawah kulit.

Menurut I Dewa Nyoman Supariasa (2002: 36) cara pengukuran ini mempunyai kelebihan juga kekurangan.

a. Kelebihan metode antropometri antara lain:

- 1) prosedurnya sederhana.
- 2) relatif tidak membutuhkan tenaga ahli.
- 3) alatnya murah.
- 4) metode ini tepat dan akurat.
- 5) dapat mendeteksi atau menggambarkan riwayat gizi di masa lampau.
- 6) umumnya dapat mengidentifikasi status gizi sedang, kurang, dan gizi buruk karena sudah ada ambang batas yang jelas.
- 7) metode anthropometri dapat mengevaluasi perubahan status gizi pada periode tertentu, atau dari satu generasi ke generasi berikutnya.
- 8) metode antropometri gizi dapat digunakan untuk penapisan kelompok yang rawan terhadap gizi.

b. Kelemahan metode antropometri antara lain:

- 1) Tidak sensitif, metode ini tidak dapat mendeteksi status gizi dalam waktu singkat. Di samping itu, tidak dapat membedakan kekurangan zat gizi tertentu.
- 2) Faktor di luar gizi (penyakit, genetik, dan menurunnya penggunaan energi) dapat menurunkan spesifikasi, akurasi dan sensitivitas pengukuran antropometri.
- 3) Kesalahan yang terjadi pada saat pengukuran dapat mempengaruhi presisi, akurasi, dan validitas pengukuran antropometri.
Kesalahan ini terjadi karena:
 - a) pengukuran.
 - b) perubahan hasil, perubahan fisik maupun komposisi jaringan.
 - c) analisis atau asumsi yang keliru.

Status gizi seseorang dapat diketahui melalui pengukuran langsung maupun tidak langsung. Pengukuran langsung meliputi antara lain: anthropometri, biokimia, klinis dan biofisik. Sedangkan pemeriksaan tidak langsung meliputi: survei konsumsi, statistik vital dan faktor ekologi (Djoko Pekik Irianto, 2006: 65-67). Dari ketujuh cara pengukuran status gizi tersebut, pengukuran antropometri merupakan cara yang paling sering

digunakan karena memiliki beberapa kelebihan, yaitu;

- a. Alat mudah diperoleh.
- b. Pengukuran mudah dilakukan.
- c. Biaya murah.
- d. Hasil pengukuran mudah disimpulkan.
- e. Dapat dipertanggung jawabkan.
- f. Dapat mendeteksi riwayat gizi masa lalu.

Dengan alasan tersebut di atas, penulis ingin mengetahui status gizi berdasarkan pendapatan orang tua siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015 dengan pengukuran anthropometri. Ada beberapa cara penilaian status gizi berdasarkan pengukuran anthropometri, antara lain:

1. Indeks Massa Tubuh (IMT).
2. Indeks Berat Badan Menurut Umur (BB/U) dan Indeks Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U) pada anak usia 0-5 Tahun.
3. Indeks Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada Anak Usia 0-5 Tahun.
4. Indeks Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada Anak Usia 6-17 Tahun
5. Indeks Lingkar Lengan Atas Menurut Umur (LLA/U) pada Anak Usia ½-5 Tahun dan 6-17 Tahun.
6. Indeks Lingkar Lengan Atas Menurut Tinggi Badan (LLA/TB) pada Anak Usia 0-10 Tahun (Joko Pekik Irianto, 2006: 73-80).

Dengan kelebihan dan kekurangan dari masing-masing cara pengukuran status gizi berdasarkan anthropometri sebagai mana tersebut di atas, penulis memakai cara keempat yaitu indeks berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) pada anak usia 6-17 tahun. Hal itu didasari karena objek penelitian siswa kelas IV dan V SD berada pada rentang usia 6-17 tahun.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2006: 80) bahwa cara ini dapat digunakan untuk mengetahui status gizi pada anak usia 6-17 tahun, dibedakan antara anak laki-laki dengan perempuan. Adapun cara

penilaiannya adalah dengan menghitung persentase capaian berat badan (BB) standar berdasarkan tinggi badan yang selanjutnya di konsultasikan dengan tabel.

Dalam penelitian antropometri sumber kesalahan biasanya berhubungan dengan latihan petugas yang tidak cukup dan kesalahan alat atau alat tidak diterakan. Untuk mengurangi sumber kesalahan maka peneliti sebaiknya sebelum pengambilan data terlebih dahulu dilakukan uji coba.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan Vitri Yulianto (2010) berjudul “Status Gizi Kelas Atas SD Negeri Blater, Kecamatan Poncowarno, Kabupaten Kebumen”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi siswa kelas atas SD Negeri Blater Kecamatan Poncowarno Kabupaten Kebumen. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas atas SD Negeri Blater Kecamatan Poncowarno, Kabupaten Kebumen, berjumlah 58 siswa. Data penelitian diambil dengan cara pengukuran berat dan tinggi badan siswa kelas atas SD Negeri Blater, Kecamatan Poncowarno, Kabupaten Kebumen. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi siswa kelas atas SD Negeri Blater, Kecamatan Poncowarno, Kabupaten Kebumen, sebagai berikut: siswa yang masuk dalam kategori status gizi “Baik” sejumlah 52 siswa (89,66%), masuk dalam kategori status gizi “Kurang” sejumlah 6 siswa (10,34%).

Relevansi dengan penelitian ini adalah:

1. Mempunyai tujuan yang sama, yaitu untuk mengetahui status gizi siswa.
2. Penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.
3. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan persentase.

C. Kerangka Berpikir

Makan makanan yang berimbang maka dapat memenuhi zat yang dibutuhkan tubuh untuk mempertahankan kesehatannya dan untuk derajat kesehatan yang optimal. Makanan yang dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama dapat dinyatakan keadaan kesehatannya melalui status gizi seseorang. Apabila status gizi seseorang menyimpang dari patokan, maka perlu dilakukan perbaikan sampai dengan memenuhi angka kecukupan gizi.

Status gizi merupakan gambaran tentang keadaan gizi seseorang pada saat tertentu, sehingga dapat digunakan untuk menentukan baik buruknya gizi seseorang. Dengan demikian status gizi seseorang erat kaitannya dengan ukuran gizi. Pengukuran antropometri diikuti dengan indikator yang baik dapat diandalkan untuk menilai status gizi seseorang.

Data status gizi pada anak-anak merupakan suatu yang sangat penting karena mereka sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan sehingga dengan diketahuinya status gizi mereka akan mengurangi kemungkinan terjadinya salah gizi. Bila keadaan gizi anak terpantau maka akan mendukung kelancaran proses pembelajaran.

Penelitian ini mendiskripsikan tentang keadaan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015, menggunakan cara pengukuran antropometri yaitu indeks berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) pada anak usia 6-17 Tahun. Hal itu didasari karena objek penelitian siswa kelas IV dan V SD berada pada rentang usia 6-17 tahun. Data dari pengukuran antropometri dibedakan antara anak laki-laki dengan perempuan. Adapun cara penilaiannya adalah dengan menghitung persentase capaian berat badan standar berdasarkan tinggi badan, yang selanjutnya dikonsultasikan dengan tabel.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan metode survei dengan teknik pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mendapatkan data mengenai status gizi. Penelitian ini menggambarkan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 dengan tanpa melakukan perbandingan.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 adalah suatu keadaan gizi baik, gizi kurang, atau gizi buruk siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yang diukur berdasarkan rumus berat badan menurut tinggi badan melalui pengukuran antropometri.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian populasi. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 130), “populasi adalah keseluruhan objek penelitian”. “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen yang berjumlah 34 siswa, yang terdiri atas 18 siswa kelas IV dan 16 siswa kelas V. Siswa kelas IV terdiri atas 8 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan, sedangkan kelas V terdiri atas 7 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Seluruh siswa dijadikan subjek penelitian.

D. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Agustus tahun 2015, bertempat di SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah stadiometer untuk mengukur tinggi badan dengan satuan centimeter (cm) dan timbangan badan untuk mengukur berat badan dengan satuan kilogram (kg). Hasil pengukuran selanjutnya dihitung persentase capaian BB standar berdasarkan tinggi badan yang selanjutnya dikonsultasikan dengan tabel Indeks Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 6-17 Tahun (Djoko Pekik Irianto, 2006: 80). Selanjutnya hasilnya dikonsultasikan dengan tabel berat badan menurut tinggi badan untuk mengetahui status gizi setiap siswa. Status gizi tersebut dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu gizi baik ($>90\%$), gizi kurang ($81\%-90\%$), dan gizi buruk ($\leq 80\%$). Adapun penilaiannya dengan menghitung persentase capaian berat badan standar berdasarkan tinggi badan dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Penilaian Status Gizi Berdasar BB/TB

% Standar	Status Gizi
$> 90\%$	Baik
$81\% - 90\%$	Kurang
$\leq 80\%$	Buruk

(Sumber: Winarno, 1990: 196)

Cara penghitungannya yaitu $\frac{\text{Berat Badan Aktual}}{\text{Berat Badan Standar}} \times 100\%$

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan pengukuran tinggi badan dan berat badan terhadap sampel penelitian yaitu siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen Tahun 2015.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif dengan persentase untuk mengetahui status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2003: 221).

Data yang terkumpul dari pengukuran tinggi dan berat badan kemudian dikonsultasikan dengan tabel berat badan menurut tinggi badan. Hasil persentase tingkat pencapaian berat badan menurut tinggi badan dengan berat standar untuk tinggi badan tertentu, maka dapat diketahui status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian berupa data keadaan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yang berjumlah 34 siswa terdiri atas 18 siswa kelas IV dan 16 siswa kelas V. Siswa kelas IV terdiri atas 8 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan, sedangkan kelas V terdiri atas 7 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan, disajikan dalam bentuk tabel 2 di bawah ini.

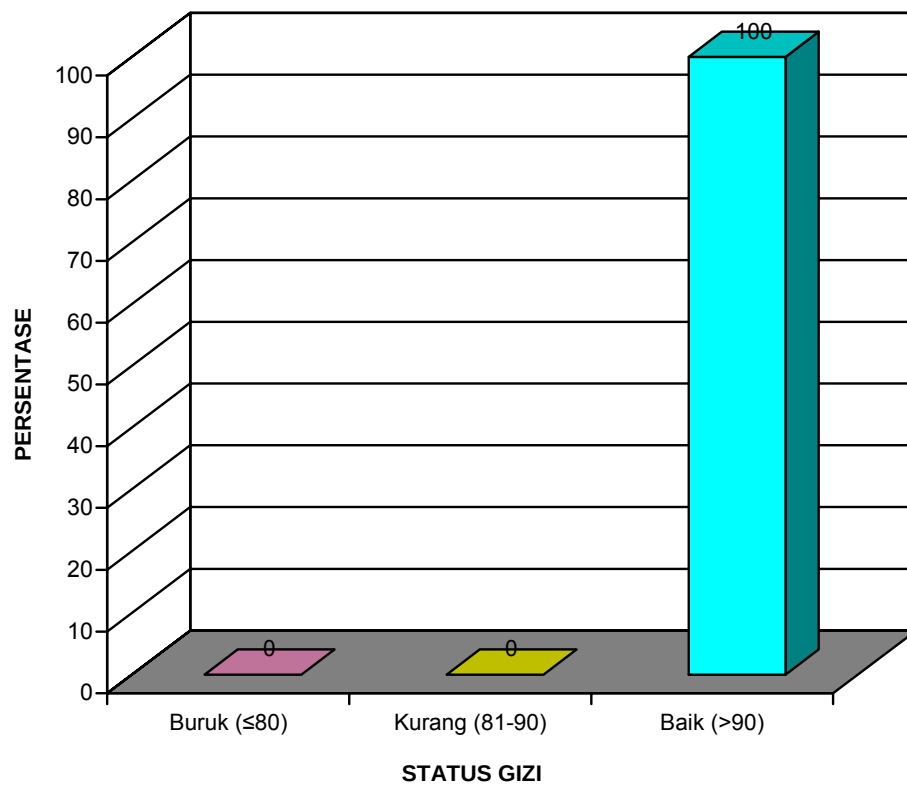
Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Penilaian Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Kelas	L/P	Status Gizi						Jumlah	
		Baik (>90)		Kurang (81-90)		Buruk (≤80)			
		F	%	F	%	F	%	F	%
IV	L	8	100	0	0	0	0	8	100
	P	10	100	0	0	0	0	10	100
V	L	7	100	0	0	0	0	7	100
	P	9	100	0	0	0	0	9	100
Total Siswa	L	15	100	0	0	0	0	15	100
	P	19	100	0	0	0	0	19	100
Jumlah		34	100		0	0	0	0	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, maka dapat diketahui bahwa status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen yang berjumlah 34 siswa, sebanyak 34 siswa (100%) berada dalam interval >90, termasuk dalam kategori gizi "Baik", tidak ada siswa (0%)

berada dalam interval 81-90, termasuk kategori gizi "Kurang", dan tidak ada pula siswa (0%) berada dalam interval <80, termasuk dalam kategori gizi "Buruk".

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen di atas, maka dapat digambarkan dalam bentuk histogram, seperti di bawah ini.



Gambar 1. Histogram Rekapitulasi Hasil Penilaian Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Hasil penelitian status gizi berdasarkan dari masing-masing kelas dapat disajikan sebagai berikut.

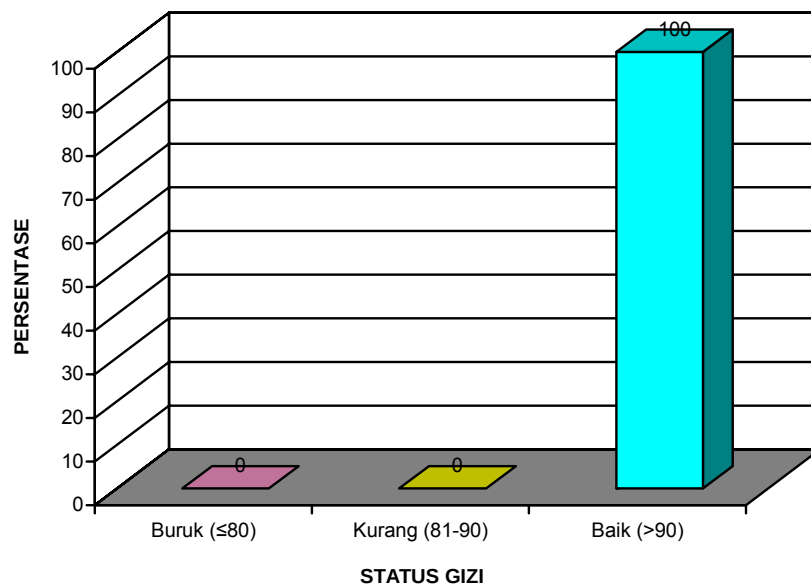
1. Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Keadaan status gizi siswa kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yang berjumlah 18 siswa, terdiri atas 8 siswa putra dan 10 siswa putri terangkum dalam tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	18	100%	Baik
2	81 – 90	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		18	100%	

Berdasarkan distribusi frekuensi status gizi siswa kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen dapat dibuat histogram, sebagai berikut.



Gambar 2. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Berdasarkan distribusi frekuensi dan histogram tersebut di atas menunjukkan bahwa sebanyak 18 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”.

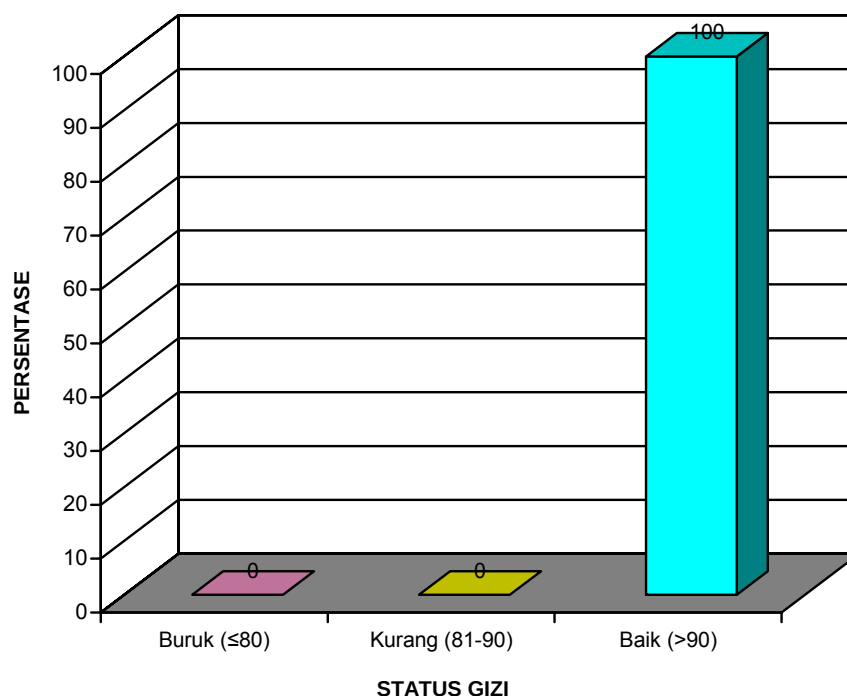
2. Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Keadaan status gizi siswa kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yang berjumlah 16 siswa, terdiri atas 7 siswa putra dan 9 siswa putri terangkum dalam tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	16	100%	Baik
2	81 – 90	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		16	100%	

Berdasarkan distribusi frekuensi status gizi siswa kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen dapat dibuat histogram, sebagai berikut.



Gambar 3. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Berdasarkan distribusi frekuensi dan histogram tersebut di atas menunjukkan bahwa sebanyak 18 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”.

3. Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

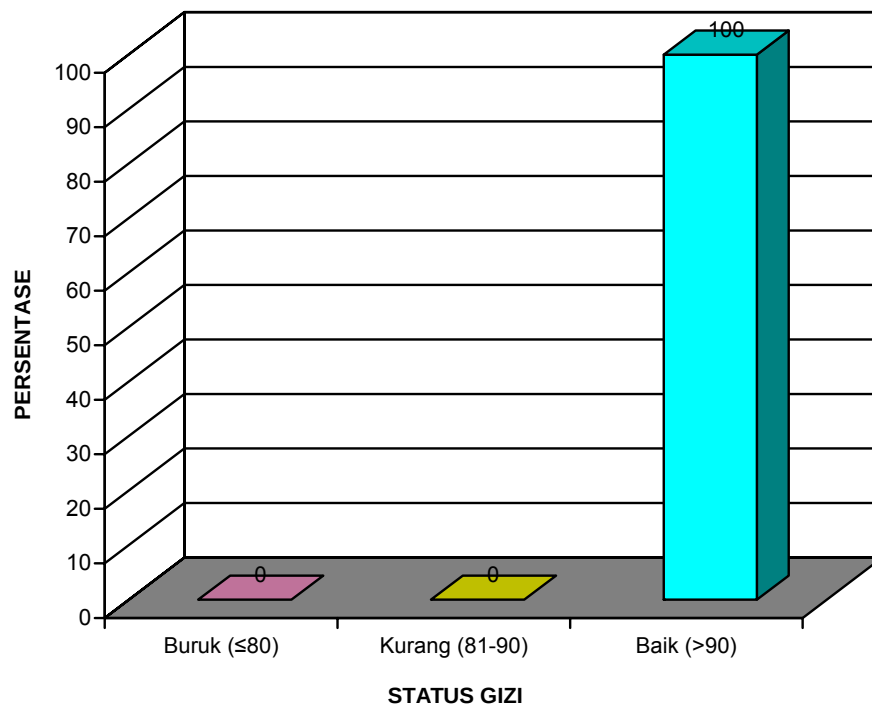
Keadaan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yang berjumlah 34 siswa terdiri atas 18 siswa kelas IV dan 16 siswa kelas V. Siswa kelas IV terdiri atas 8 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan, sedangkan kelas V terdiri atas 7

siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Adapun keadaan status gizi terangkum dalam tabel 5 di bawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	34	100%	Baik
2	81 – 90	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		34	100%	

Berdasarkan distribusi frekuensi status gizi siswa kelas IV SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen dapat dibuat histogram, sebagai berikut.



Gambar 4. Histogram Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Berdasarkan distribusi frekuensi dan histogram tersebut di atas menunjukkan bahwa sebanyak 34 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Status gizi sangat penting bagi setiap orang lebih-lebih pada anak-anak usia sekolah dasar (SD), usia anak SD merupakan masa-masa pertumbuhan dan perkembangan. Dengan status gizi yang baik anak akan mempunyai daya tahan tubuh dan motivasi dalam belajar, sehingga pada akhirnya prestasi belajarnya akan tinggi, tetapi sebaliknya dengan status gizi yang rendah siswa akan mengalami gangguan kesehatan, yaitu sering sakit. Keadaan semacam ini akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan siswa dan akhirnya siswa akan ketinggalan pelajaran dan prestasi belajar tidak optimal.

Berdasarkan hasil penelitian keadaan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, berjumlah 34 siswa terdiri atas 18 siswa kelas IV dan 16 siswa kelas V. Siswa kelas IV terdiri atas 8 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan, sedangkan kelas V terdiri atas 7 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan, menunjukkan bahwa seluruh siswa yaitu sebanyak 34 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri

2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen termasuk dalam kategori “Baik”.

Keadaan status gizi "Baik" dimungkinkan karena orang tua siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen sudah mengerti arti pentingnya gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan sehingga dalam pemenuhan gizi anak-anaknya sudah tercukupi. Orang tua siswa tidak terpengaruh dengan status ekonomi yang diperolehnya untuk mencukupi asupan gizi bagi anak-anaknya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa status gizi berdasarkan pendapatan orang tua siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen tahun 2015 dalam kategori "Baik". Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen, yaitu sebanyak 34 siswa (100%) termasuk dalam kategori status gizi “Baik”, tidak ada siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Kurang”, dan tidak ada pula siswa (0%) termasuk dalam kategori gizi “Buruk”.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi kepada sekolah, khususnya guru Penjasorkes untuk memahami akan pentingnya zat gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga akan selalu melakukan pemantauan secara periodik mengenai status gizi siswanya, yang berguna untuk merancang pembelajaran khususnya pendidikan jasmani. Siswa yang status gizinya baik untuk dapat dipertahankan, jika mungkin untuk ditingkatkan supaya tidak terjadi penurunan status gizi.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penulis menyadari bahwa hasil karya ini jauh dari sempurna, karena tidak ada hasil karya manusia yang sempurna, sehingga penelitian ini

mempunyai beberapa kelemahan dan keterbatasan, diantaranya adalah:

1. Pengambilan data hanya dilakukan sekali, sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya. Seharusnya pengambilan data dilakukan lebih dari satu kali agar mengetahui keadaan yang sebenarnya.
2. Dalam penelitian ini hanya menghubungkan status gizi dengan tingkat pendapatan orang tua dan tingkat pendidikan orang tua.
3. Kategori status gizi yang diukur menggunakan indikator berat badan menurut tinggi badan sifatnya hanya untuk memperoleh keadaan status gizi pada saat itu, sedangkan keadaan status gizi yang sebenarnya, seharusnya mempertimbangkan zat makanan yang ada dalam tubuh dan diselidiki lewat laboratorium.
4. Analisis dengan tiga kategori yaitu baik, kurang dan buruk tidak mengukur siswa yang obesitas, sehingga ada kecenderungan siswa yang obesitas masuk dalam kategori baik.

D. Saran-saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh selama penelitian, saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan setelah penelitian ini pihak sekolah SD Negeri 2 Jitung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen berupaya untuk memantau status gizi siswanya.
2. Kepada para orang tua dianjurkan untuk selalu memperhatikan dalam pemenuhan zat makanan bagi anak, jika pemenuhan zat makanan bagi anak kurang, maka akan mengganggu kesehatan anak, begitu sebaliknya,

jika pemenuhan zat makanan cukup maka akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, siswa mempunyai prestasi belajar yang optimal.

3. Kepada peneliti yang ingin meneliti lebih lanjut, dianjurkan untuk melakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak agar dapat mengetahui status gizi seluruh warga sekolah.
4. Dalam pengukuran berat badan dan tinggi badan hendaknya dilakukan lebih dari satu kali untuk menghindari adanya kesalahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Khomsan. (2002). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Djoko Pekik Irianto. (2006). *Panduan Gizi Lengkap keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Em Zul Fajri dan Ratu Aprilia Senja. (2008). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Edisi revisi*. Jakarta. Difa Publisher.
- I Dewa Nyoman Supriasa dkk. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Marsetyo dan Kartasapoetra. (2008). *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi Kesehatan dan Produktivitas Kerja)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sjahmien Moehji. (1976). *Ilmu Gizi Jilid I*. Jakarta: Bhrata.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfa Beta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Pengantar Penelitian Suatu Pendekan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunita Almatsier. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia.
- Suhardjo. (2006). *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Vitri Yulianto. (2010). *Status Gizi Siswa Kelas Atas SD Negeri Blater Kecamatan Poncowarno Kabupaten Kebumen*. Skripsi. FIK UNY.
- Winarno. (1990). *Gizi dan Makanan*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 527/UN.34.16/PP/2015. 31 Agustus 2015.
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.
Yth : Ka. BAPPEDA Kab. Kebumen
Jl. Veteran no.2 Kebumen

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Wari Suyatno.
NIM : 11601247288.
Program Studi : PGSD Penjas.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juli s.d Agustus 2015.
Tempat/obyek : SD Negeri 2 Jintung.
Judul Skripsi : Status Gizi Berdasarkan Pendapatan Orang Tua Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung Kec. Ayah Kab. Kebumen.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,

Rumi Agus Sudarko, M.S.
19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kepala Sekolah SD N 2 Jintung.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Sertifikat Peneraan Timbangan Badan

		PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062	
		SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE Nomor : 3810 / TC - 418 / VIII / 2015 Number	
ALAT Equipment		No. Order : 008292 Diterima tgl : 13 Agustus 2015	
Nama : Timbangan Badan Name Kapasitas : 120 kg Capacity Daya Baca : 1 kg Readability		Tipe/Model : - Type/Model Nomor Seri : - Serial number Merek/Buatan : - Trade Mark / Manufaktur	
PEMILIK Owner			
Nama : Wari Suyatno Name Alamat : Ds. Watukelik, Kec. Ayah, Kab. Kebumen Address			
METODE, STANDAR, TELUSURAN Method, Standard, Traceability			
Metode : SK DJPDN No 31/ PDN /KEP/3/2010 Method Standar : Anak Timbangan Kelas M ₁ Standard Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-123-IDN Traceability			
TANGGAL TERA ULANG Date of Verification		: 13 Agustus 2015	
LOKASI TERA ULANG Location of Verification		: Balai Metrologi Yogyakarta	
KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG Environment condition of Verification		: Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%	
HASIL TERA ULANG Result of verification		: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2015	
DITERA ULANG KEMBALI Reverification		: 13 Agustus 2016	
		Yogyakarta, 19 Agustus 2015 Kepala Balai Metrologi   Masitoh SE, M.Si NIP. 19591210 198401 1 003 k	
Halaman 1 dari 1 Halaman		FBM.22-01.T	
DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA			

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN

Verification data

1. Referensi : Wari Suyatno
2. Ditera ulang oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117 198401 1 002
Verified by

II. HASIL

Result

Nominal (kg)	Nilai Sebenarnya (kg)	Nominal (kg)	Nilai Sebenarnya (kg)
0	0	100	100
10	10	120	120
20	20		
30	30		
40	40		
50	50		
60	60		
70	70		
80	80		
90	90		

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE. MM
NIP.19610807 198202 1 007

Lampiran 3. Sertifikat Ukuran Tinggi Badan

	PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062	
SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE Nomor : 3812 / UP - 318 / VIII / 2015 <i>Number</i>		
		No. Order : 008292 Diterima tgl : 13 Agustus 2015
ALAT <i>Equipment</i> Nama : Ukuran Tinggi Badan <i>Name</i> Kapasitas : 200 cm <i>Capacity</i> Daya Baca : 1 mm <i>Readability</i>	Tipe/Model : - <i>Type/Model</i> Nomor Seri : - <i>Serial number</i> Merek/Buatan : Height <i>Trade Mark / Manufaktur</i>	
PEMILIK <i>Owner</i> Nama : Wari Suyatno <i>Name</i> Alamat : Ds. Watukelik, Kec. Ayah, Kab. Kebumen <i>Address</i>		
METODE, STANDART, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i> Metode : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010 <i>Method</i> Standard : Komparator 1 m <i>Standard</i> Telusuran : Ke Satuan SI melalui LK 045 IDN <i>Traceability</i>		
TANGGAL TERA ULANG <i>Date of Verification</i> : 13 Agustus 2015 LOKASI TERA ULANG <i>Location of Verification</i> : Balai Metrologi Yogyakarta KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG <i>Environment condition of Verification</i> : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10% HASIL TERA ULANG <i>Result of verification</i> : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2015 DITERA ULANG KEMBALI <i>Reverification</i> : 13 Agustus 2016		
Yogyakarta, 19 Agustus 2015 Plh. Kepala Balai Metrologi  Masitho SE, MSi NIP. 19591210 198401 1 003		
Halaman 1 dari 1 Halaman		FBM.22-01.T
DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA		

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN

Verification data

1. Referensi : Wari Suyatno
2. Ditera ulang oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117.198401.1.002
Verified by

II. HASIL

Result

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)	Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	10,00	0 - 110	110,00
0 - 20	20,00	0 - 120	120,01
0 - 30	30,01	0 - 130	130,01
0 - 40	40,00	0 - 140	140,01
0 - 50	50,01	0 - 150	150,00
0 - 60	60,00	0 - 160	160,00
0 - 70	70,00	0 - 170	170,01
0 - 80	80,00	0 - 180	180,01
0 - 90	90,00	0 - 190	190,00
0 - 100	100,00	0 - 200	200,00

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono SE, MM
NIP.19610807 198202 1 007

Lampiran 4. Indeks Berat Badan Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 6-17 Tahun

Tinggi Badan (Cm)	Berat Badan					
	Laki-laki			Perempuan		
	100% Standart	90%	80%	100% Standart	90%	80%
120	20,8	18,7	16,7	21,0	18,7	16,7
121	21,2	19,1	17,0	21,4	19,1	17,0
122	21,6	19,5	17,3	21,8	19,5	17,3
123	22,0	19,9	17,6	22,2	19,9	17,7
124	22,5	20,3	18,0	22,6	20,3	18,0
125	23,0	20,7	18,4	23,1	20,8	18,5
126	23,4	21,2	18,7	23,6	21,3	19,0
127	23,8	21,4	19,0	24,1	21,7	19,3
128	24,2	21,8	19,4	24,5	22,1	19,5
129	24,9	22,4	19,9	25,1	22,6	20,0
130	25,5	23,0	20,5	25,6	23,0	20,5
131	26,0	23,4	20,8	26,2	23,6	21,0
132	26,5	23,9	21,2	26,8	24,1	21,4
133	27,0	24,3	21,6	27,4	24,7	21,9
134	27,5	24,7	22,0	28,0	25,2	22,4
135	28,2	25,4	22,7	28,6	25,7	22,9
136	28,8	25,9	23,9	29,2	26,3	23,4
137	29,5	26,6	23,5	29,9	26,9	23,9
138	30,2	27,2	24,1	30,6	27,5	24,5
139	30,9	27,3	24,7	31,3	28,2	25,1
140	31,5	28,4	25,3	32,0	28,8	25,6
141	32,1	29,0	25,7	32,7	29,5	26,2
142	32,7	29,5	26,1	33,4	30,1	26,7
143	33,3	30,0	26,6	34,2	30,8	27,4
144	34,0	30,2	27,0	35,0	31,5	28,0
145	34,7	31,3	27,8	35,8	32,2	28,7
146	35,4	31,9	28,3	36,6	32,9	29,3
147	36,1	32,5	28,8	37,4	33,2	30,0
148	36,7	33,0	29,3	38,2	34,4	30,6
149	37,6	33,8	30,0	39,1	35,2	31,3
150	38,4	34,6	30,7	40,0	36,0	32,0
151	39,1	35,2	31,3	40,9	36,8	32,8
152	39,8	35,8	31,8	41,8	37,6	33,4
153	40,6	36,5	32,5	42,8	38,5	34,2
154	41,4	37,2	33,1	43,8	39,4	35,0
155	42,3	38,0	33,8	44,8	40,3	35,8

(Sumber: Winarno, 1990: 196)

Lampiran 5. Penilaian Status Gizi Berdasar BB/TB

% Standar	Status Gizi
> 90%	Baik
81% - 90%	Kurang
≤ 80 %	Buruk

(Sumber: Winarno, 1990: 196)

Cara penghitungannya yaitu $\frac{\text{Berat Badan Aktual}}{\text{Berat Badan Standar}} \times 100\%$

Lampiran 6. Data Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	NAMA	JK	KELAS	UMUR	
				TAHUN	BLN
1.	Durotunnafisah	P	IV	11	3
2.	Dwi Juliastuti	P	IV	11	0
3.	Irsyad	L	IV	11	9
4.	Sahnat Safira A.	P	IV	11	9
5.	Lucky amin b.	L	IV	10	4
6.	Syerli Amalia	P	IV	10	4
7.	Rizki Maulana	L	IV	10	1
8.	Ridwan Sururi	L	IV	9	11
9.	Prayogo Adi P.	L	IV	10	3
10.	Ali M.	L	IV	10	1
11.	Lutfi Jamila TS.	P	IV	10	4
12.	Laila Nur H.	P	IV	10	3
13.	Irfan Maulana	P	IV	9	10
14.	Firdaus Ayu F.	P	IV	9	11
15.	Deva Putra P.	L	IV	9	7
16.	Aqilla Zeba F.	P	IV	9	1
17.	Alfiana R.	P	IV	10	3
18.	Merizal Ajib S.	L	IV	10	7
19.	Afif Hidayat	L	V	12	1
20.	Amrul Khoeri	L	V	12	2
21.	Tri Mulyani	P	V	11	11
22.	Wahidatur R.	P	V	11	10
23.	Adi Ulun H.	L	V	11	1
24.	Anissa M.R.	P	V	11	6
25.	Ayu Sofiana	P	V	11	2
26.	Bayu Aji	L	V	11	7
27.	Dian Nur F.	P	V	11	5
28.	Fathul Aziz M.	L	V	11	6
29.	Nafiatur Kh.	P	V	11	3
30.	Nahar Hika M.	L	V	10	10
31.	Novia Dwi T.	P	V	10	4
32.	Nur Alifia	P	V	12	2
33.	Zella Putri R.	P	V	10	10
34.	Bahrul Ulum	L	V	11	1

Lampiran 7. Data Pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan dan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Nama	L/P	TB	BB	BB Standar	(BB/BB S) X 100%	Status Gizi		
							Baik (>90%)	Sedang (81% s.d.90%)	Buruk (≤80%)
1.	Durotunnafisah	P	128	28	24,5	113,82%	v	-	-
2.	Dwi Juliastuti	P	133	27	27,4	98,54%	v	-	-
3.	Irsyad	L	128	25	24,2	103,31%	v	-	-
4.	Sahnat Safira A.	P	141	30	32	93,75%	v	-	-
5.	Lucky amin b.	L	130	28	25,5	109,80%	v	-	-
6.	Syerli Amalia	P	127	28	24,1	116,18%	v	-	-
7.	Rizki Maulana	L	128	26	24,2	107,44%	v	-	-
8.	Ridwan Sururi	L	119	20	20,4	98,04%	v	-	-
9.	Prayogo Adi P.	L	133	41	27	151,85%	v	-	-
10.	Ali M.	L	123	20	21,6	92,59%	v	-	-
11.	Lutfi Jamila TS.	P	134	27	27,4	98,54%	v	-	-
12.	Laila Nur H.	P	122	24	21,8	110,09%	v	-	-
13.	Irfan Maulana	P	127	25	24,1	103,73%	v	-	-
14.	Firdaus Ayu F.	P	121	24	21,4	112,15%	v	-	-
15.	Deva Putra P.	L	118	22	20	110,00%	v	-	-
16.	Aqilla Zeba F.	P	126	25	23,1	108,23%	v	-	-
17.	Alfiana R.	P	126	24	23,6	101,69%	v	-	-
18.	Merizal Ajib S.	L	121	21	21,2	96,70%	v	-	-
19.	Afif Hidayat	L	143	36	33,3	108,11%	v	-	-
20.	Amrul Khoeri	L	128	25	24,2	103,31%	v	-	-
21.	Tri Mulyani	P	144	34	34,2	99,42%	v	-	-
22.	Wahidatur R.	P	146	41	35,8	114,53%	v	-	-
23.	Adi Ulun H.	L	124	26	22	118,18%	v	-	-
24.	Anissa M.R.	P	120	25	20,7	120,77%	v	-	-
25.	Ayu Sofiana	P	142	35	33,4	104,79%	v	-	-
26.	Bayu Aji	L	132	26	26,5	98,11%	v	-	-
27.	Dian Nur F.	P	130	26	25,6	101,56%	v	-	-
28.	Fathul Aziz M.	L	129	32	24,9	128,51%	v	-	-
29.	Nafiatur Kh.	P	130	25	25,6	97,66%	v	-	-
30.	Nahar Hika M.	L	126	28	23,4	119,66%	v	-	-
31.	Novia Dwi T.	P	125	24	23,1	103,90%	v	-	-
32.	Nur Alifia	P	147	38	36,6	103,83%	v	-	-
33.	Zella Putri R.	P	135	32	28,6	111,89%	v	-	-
34.	Bahrul Ulum	L	128	23	23,8	96,64%	v	-	-

Lampiran 8. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

Kelas	L/P	Status Gizi						Jumlah	
		Baik (>90)		Kurang (81-90)		Buruk (≤80)			
		F	%	F	%	F	%	F	%
IV	L	8	100	0	0	0	0	8	100
	P	10	100	0	0	0	0	10	100
V	L	7	100	0	0	0	0	7	100
	P	9	100	0	0	0	0	9	100
Total Siswa	L	15	100	0	0	0	0	15	100
	P	19	100	0	0	0	0	19	100
Jumlah		34	100		0	0	0	0	100

Lampiran 9. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV SD Negeri
2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	18	100%	Baik
2	81 – 90	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		18	100%	

Lampiran 10. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	16	100%	Baik
2	$81 - 90$	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		16	100%	

Lampiran 11. Distribusi Frekuensi Keadaan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V
SD Negeri 2 Jintung, Kecamatan Ayah, Kabupaten Kebumen

No	Interval	F	F%	Kategori
1	>90	34	100%	Baik
2	81 – 90	0	0%	Kurang
3	≤ 80	0	0%	Buruk
Jumlah		34	100%	

Lampiran 12. Foto Kegiatan Pengambilan Data



Gambar 1. Alat Ukur Tinggi dan Berat Badan yang Digunakan dalam Penelitian



Gambar 2. Guru Mengukur Tinggi dan Berat Badan Siswa Putra



Gambar 3. Guru Mengukur Tinggi dan Berat Badan Siswa Putri



Gambar 4. Guru Mencatat Hasil Pengukuran Tinggi dan Berat Badan