

**STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SEKOLAH
DASAR NEGERI 1 SOROBAYAN GADINGSARI
KAPANEWON SANDEN KABUPATEN BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh:
Bachtiar Mukti Hidayat
NIM 18604221080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR NEGERI 1 SOROBAYAN GADINGSARI KAPANEWON SANDEN KABUPATEN BANTUL

Oleh:

Bachtiar Mukti Hidayat
NIM 18604221080

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat Status Gizi Siswa Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul. Dikarenakan kurangnya konsentrasi beberapa siswa saat pembelajaran dan terdapat postur tubuh siswa yang tidak seimbang. Antara tinggi badan dan berat badan.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Data dari penelitian ini adalah Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul. Dengan jumlah keseluruhan 44 siswa yang terdiri dari 25 siswa anak laki-laki dan 19 siswa anak perempuan. Teknik pengumpulan data dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan menggunakan alat ukur timbangan berat badan (GEA) dan stadiometer (Stature Meter) untuk memperoleh data, kemudian data tersebut dihitung menggunakan rumus IMT.

Bedasarkan hasil penelitian maka diperoleh status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 11 siswa (39,11), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 4 siswa (47,29), dan pada kategori kurang 26 siswa (31,14) dan obesitas 3 siswa (49,27) . Maka dari itu frekuensi terletak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul, Sebagian besar adalah kurang.

Kata Kunci : *Status Gizi, Siswa, Sekolah Dasar, Usia Sekolah Dasar, Aktifitas Fisik*

***NUTRTIONAL STATUS OF GRADE IV AND V STUDENTS
ELEMENTARY SCHOOL 1 SOROBAYAN GADINGSARI
KAPANEWON SANDEN BANTUL DISTRICT***

By :
Bachtiar Mukti Hidyat
NIM 18604221080

ABSTRACT

This research aims to determine the level of nutritional status of the fourth and fifth grade students of SD Negeri 1 Sorobayan (Sorobayan 1 Elementary School), Sanden District, Bantul Regency. Due to the lack of concentration of some students during learning and there are students' unbalanced body postures between height and weight.

The research method used a quantitative method. The data from this research were students at SD Negeri 1 Sorobayan, Sanden District, Bantul Regency with a total of 44 students consisted of 25 male students and 19 female students. The data collection technique involved measuring body weight and height using a weight scale (GEA) and a stadiometer (Stature Meter) to obtain data, then the data was calculated by using the BMI formula.

Based on the research results, it shows that the nutritional status of the fourth and fifth grade students of SD N 1 Sorobayan, Sanden District, Bantul Regency has normal nutritional status, for about 11 students (39.11), then in the over nutritional category there are 4 students (47.29), and in the underweight category there are 26 students (31.14) and 3 students are in the obese category (49.27). Therefore, the frequency is in the poor category, thus the nutritional status of the fourth and fifth grade students of SD N 1 Sorobayan, Sanden District, Bantul Regency, is mostly poor.

Keywords: *Nutritional Status, Students, Elementary School, Childhood Age, Physical Activity*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bachtiar Mukti Hidayat

NIM : 18604221080

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul TAS : Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelas IV dan V SDN 1
Sorobayan, Kapanewon Sanden Bantul

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

Yogyakarta, 27 Februari 2024

Yang menyatakan,



Bachtiar Mukti Hidayat

NIM. 18604221080

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

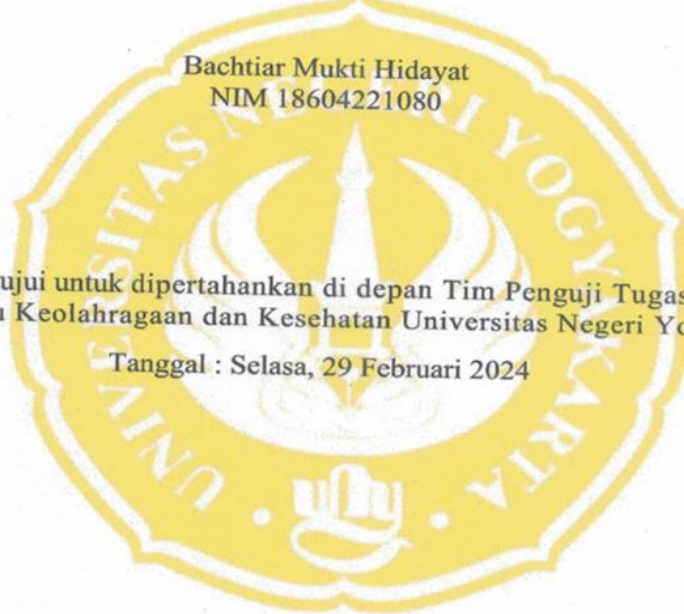
**STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SEKOLAH
DASAR NEGERI 1 SOROBAYAN GADINGSARI
KAPANEWON SANDEN KABUPATEN BANTUL**

Disusun oleh:

Bachtiar Mukti Hidayat
NIM 18604221080

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.

Tanggal : Selasa, 29 Februari 2024



Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Disetujui,
Dosen Pembimbing TA

Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or.
NIP.198205222009121006

Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or.
NIP.198205222009121006

LEMBAR PENGESAHAN

**STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SEKOLAH
DASAR NEGERI 1 SOROBAYAN GADINGSARI
KAPANEWON SANDEN KABUPATEN BANTUL**

Tugas Akhir Skripsi

Bachtiar Mukti Hidayat
NIM 18604221080

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.

Tanggal : Senin, 18 Maret 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Aris Fajar Pambudi S.Pd., M.Or

Ketua Tim Penguji

Dr. Pasca Tri Kaloka, M.Pd

Sekretaris Penguji

Dr. R. Sunardianta, M.Kes

Penguji Utama.

5.4.2024

5/4 2024

27/3 2024

Yogyakarta, April 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or.

NIP. 198306262008121002

MOTTO

Tak pernah ada kata terlambat untuk menjadi apa apa yang kamu impikan.
(George Eliot)

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka
mengubah keadaan diri mereka sendiri.
(QS Ar Rad 11)

Sukses adalah proses yang lambat dan membutuhkan banyak kerja keras. Tetapi,
jika kamu berusaha keras dalam pekerjaanmu dan tetap berada di jalur, kamu pasti
akan sampai pada tujuan kesuksesan.
(Bill Gates)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya yang amat berharga ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya: Kedua orang tuaku yang tercinta, Bapak Wahyu Hidayat dan Ibu Siti Maisyaroh yang telah memberikan dukungan moril maupun doa yang tiada hentinya untuk kesuksesan saya, karena tiada yang paling mulia selain doa yang terucap dari orang tua. Anisa Fitriana yang selalu memberikan semangat dan motivasi. Dan Saudara-saudara yang juga selalu mendoakan dan memotivasi dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karuniaNya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjan Pendidikan dengan judul “Status Gizi Anak Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan Kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO. Selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta
2. Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Jurusan PJSD dan Koordinator Prodi PGSD Pendidikan Jasmani beserta staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi.
4. Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ibu Mynaryathy, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SDN Sorobayan yang telah memberi izin dalam pelaksanaan uji instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi.
6. Guru siswa kelas IV dan V SDN 1 Sorobayan yang telah memberikan bantuan dan memperlancar dalam pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi.
7. Semua pihak, secara langsung dan tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapat balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini bisa menjadi sumber informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 27 Februari 2024

Penulis



Bachtiar Mukti Hidayat

NIM 18604221080

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	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	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Masalah	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Teoritik.....	7
1. Hakikat Gizi.....	7
2. Fungsi dan Macam Zat Gizi	8
3. Hakikat Gizi Seimbang.....	15
4. Dampak Kurangnya zat gizi	16
5. Dampak Kelebihan Gizi	18
6. Hakikat Status Gizi.....	19

7. Cara Pengukuran atau Penilaian Status Gizi	19
8. Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan pada Status Gizi.....	24
B. Kajian Penelitian yang Relevan	29
C. Kerangka Berfikir.....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Desain Penelitian.....	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
C. Subjek Penelitian	34
E. Teknik Analisa Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Deskripsi Lokasi, Subyek, dan Waktu Penelitian	39
1. Deskripsi Lokasi	39
2. Subyek Penelitian	39
3. Waktu Penelitian.....	39
B. Hasil Penelitian.....	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Implikasi Hasil Penelitian	50
C. Keterbatasan Penelitian	51
D. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Berat Badan Ideal Anak Usia 10-12 Tahun	25
Tabel 2 Tinggi Badan Ideal Anak Usia 10-12 Tahun	26
Tabel 3 Jumlah Siswa Kelas 4 dan 5 di SDN 1 Sorobayan	34
Tabel 4 Standar BB Berdasarkan TB untuk Menilai Status Gizi Usia 10 dan 11 tahun	38
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan	40
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siawa Kelas IV SD N 1 Sorobayan	44
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas V SDN 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Histogram Status Gizi Anak Kelas IV dan SD N 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul.	46
Gambar 2 Histogram Status Gizi Anak Kelas V SD N 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul.	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Dari Fakultas ke Sekolah	56
Lampiran 2 Keterangan Pengujian Alat Pengukur Tinggi Badan.....	57
Lampiran 3 Keterangan Pengujian Alat Pengukur Berat Badan.....	58
Lampiran 4 Petunjuk Pelaksanaan Tes Pengukuran	59
Lampiran 5 Data Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Kelas IV dan V SD N Sorobayan	60
Lampiran 6 Indeks berat badan menurut tinggi badan anak umur 6-17 tahun	62
Lampiran 7 Data Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Sorobayan ..	64
Lampiran 8 Foto Alat Pengukur Tinggi Badan dan Berat Badan	66
Lampiran 9 Dokumentasi Pengambilan Data	67
Lampiran 10 Surat Keterangan Penelitian Dari SD N Sorobayan	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa anak merupakan waktu yang penting dalam proses pembentukan kualitas manusia karena merupakan kondisi awal dan dengan memiliki anak yang sehat merupakan suatu potensi sebagai modal awal pembangunan. Anak-anak yang sedang dimasa pertumbuhan sangat perlu mengonsumsi makan yang lengkap setiap harinya serta memenuhi syarat kualitas dan kuantitas.

Masalah gizi anak masih sering berhubungan dengan makanan, karena dari makanan terdapat zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh dalam berlangsungnya proses kehidupan. Permasalahan ini menjadi salah satu beban bagi masyarakat yang memiliki pendapatan minim yang termasuk dalam golongan menengah ke bawah, karena kesulitan untuk dapat memenuhi kebutuhan sandang, pangan dan papan yang dibutuhkan untuk mempertahankan kehidupannya.

Anak-anak yang dalam masa pertumbuhan sangat perlu mengonsumsi berbagai makanan yang lengkap setiap harinya, dan harus memenuhi syarat kualitas dan kuantitas. Masalah gizi sangat sering berhubungan dengan makanan, karena dari makanan itu akan diperoleh zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh untuk proses kehidupan. Berhubungan dengan masalah gizi (Hayati, 2021) mengidentifikasi gizi adalah suatu proses organisme yang menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui digesti, absorpsi, transportasi,

penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal organ yang menghasilkan energi.

Tubuh manusia memerlukan zat dalam bentuk makanan, yang berasal dari tumbuhan maupun hewan, kebutuhan zat gizi dalam tubuh tidak dapat dipenuhi hanya dengan satu atau dua macam makanan saja, karena tidak ada satu bahan makanan yang mengandung zat gizi secara lengkap. Menurut (Pratiwi, 2013) didalam makanan terdapat beberapa zat gizi yaitu 1) karbohidrat, 2) lemak, 3) protein, 4) mineral dan garam-garam, 5) vitamin, 6) air. Setiap bahan makanan mengandung zat gizi yang berlainan, baik jumlah maupun macam. Untuk memenuhi kebutuhan zat gizi, anak harus makan berbagai macam bahan makanan setiap harinya. Selain keenam macam gizi tersebut, manusia juga memerlukan oksigen atau zat asam. Zat ini diperoleh saat kita bernafas (Indrawati, 2022).

Anak merupakan aset yang pasti akan menruskan pembangunan bangsa, supaya pembangunan dapat berjalan dengan baik maka kualitas anak perlu diperhatikan sejak dini terutama dalam usaha meningkatkan gizi masyarakat, guru memegang peranan yang penting disekolah, terutama di sekolah dasar. Sekolah dasar merupakan tempat yang baik untuk menanamkan sikap serta kebiasaan terhadap makanan yang sehat dan bergizi.

Keberadaan pendidikan gizi di sekolah dasar sangat diperlukan karna anak usia sekolah merupakan kelompok umur yang sangat rawan terhadap

masalah gizi dan kesehatan. Sekolah juga merupakan istitusi yang terorganisir dengan baik serta merupakan wadah pembentukan karakter juga media yang mampu menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat. Maka dari itu tidak jarang peran sekolah melalui anak didiknya sangat mampu mempengaruhi perilaku hidup sehat anak didik tersebut.

Sekolah Dasar Negeri SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden, masih berada di daerah perdesaan oleh karena itu fasilitas dan sarana untuk proses belajar mengajar belum optimal, minimnya tempat berjualan makanan yang bergizi sehingga siswa hanya belanja makanan yang nilai gizinya sedikit. SD N 1 Sorobayan sudah terdapat kantin, namun jajan yang disajikan belum tentu sehat, adanya makan yang kasat mata yang berwarna mencolok yang menggunakan pewarna makanan dan mengandung zat makanan yang merugikan kesehatan anak-anak. Kekurangan gizi pada masa anak anak memiliki dampak yang sangat buruk bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, karna usia tersebut terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan yang sangat pesat dan tentunya harus didukung dengan asupan gizi yang cukup.

Menurut (Amanatuz & Veni, 2021) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kekurangan gizi pada anak antara lain, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai makanan bergizi, ekonomi dan status social orang tua. Anak anak pada masa pertumbuhan sangat perlu mendapatkan perhatian khusus mengenai keadaan gizi mereka, maka dilakukan penelitian di SDN 1 Sorobayan tentang status gizi siswa, sehingga belum memiliki data tentang keadaan gizi siswa. Atas alasan tersebut, peneliti memilih siswa usia sekolah dasar di SDN 1

Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagai objek penelitian. Dengan latar belakang tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai keadaan gizi siswa sekolah dasar, khususnya di SDN 1 Sorobayan sehingga peneliti mengambil judul “ Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelas IV dan V SDN 1 Sorobayan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan yang muncul sebagai berikut:

1. Mengetahui berapa tinggi status gizi siswa SDN 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.
2. Mengetahui termasuk dalam kategori normal, kurang, lebih atau obesitas status gizi siswa SDN 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.
3. Mengetahui macam gizi yang diperlukan tubuh pada masa pertumbuhan di usia sekolah dasar.

C. Pembatasan Masalah

Melihat berbagai permasalahan yang muncul, maka dalam penelitian ini dibatasi pada Status Gizi Siswa Kelas IV Dan V SDN 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di rumuskan permasalahan yang akan di teliti. Adapun

rumusan masalah “Termasuk dalam kategori apakah Status Gizi Siswa Kelas IV Dan V SDN 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul?.

E. Tujuan Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Status Gizi Siswa Kelas IV Dan V SDN 1 Sorobayan Gadingsari Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat untuk ilmu pengetahuan, menjadi sarana pengembangan ilmu pendidikan jasmani dan keolahragaan khususnya tentang status gizi anak.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi informasi mengenai status gizi siswanya untuk ditindak lanjuti sebagaimana mestinya.

b. Bagi Guru

Sebagai salah satu acuan dan pertimbangan dalam proses belajar mengajar.

c. Bagi Siswa

Sebagai suatu informasi bagi anak mengenai status gizi mereka.

d. Bagi Orang Tua

Sebagai suatu informasi agar lebih memperhatikan tentang pemenuhan gizi bagi anaknya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teoritik

1. Hakikat Gizi

Gizi berasal dari bahasa Arab “*Giza*” yang artinya zat makanan, dan dalam Bahasa Inggris “*nutrition*” yang artinya adalah bahan makanan atau zat gizi. Berdasarkan sejarah, pada awal menerjemahkan “*Nutrition*” ke Bahasa Indonesia, Lembaga Bahasa Indonesia Fakultas Sastra Universitas Indonesia menawarkan dua istilah “*Al Gizzai/ Ghidza = gizi*” kata dari Bahasa Arab dan “*Herena*” kata dari Bahasa Sansekerta. Prof.dr.Poorwo Soedarmo memilih “*Gizi*” menjadi terjemahan resmi dan diartikan sebagai ilmu gizi (Adani Ladiba’,2021).

Menurut (Sri Puwaningsih, 2021) menjelaskan bahwa gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi. Menurut pendapat (Dessy Lutfia Sari, 2020) mengemukakan bahwa makanan itu dipandang dari sudut ilmu gizi, mempunyai tiga kegunaan yaitu: 1). Memberi bahan untuk membangun tubuh dan memelihara serta memperbaiki bagian tubuh yang hilang dan rusak, 2). Memberi kekuatan atau tenaga, sehingga dapat bergerak dan bekerja, 3). Membangun serta memelihara tubuh.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gizi merupakan zat yang terdapat di dalam makanan, dan merupakan zat yang di perlukan tubuh yang berfungsi untuk perawatan tubuh sehingga bisa bergerak dan bekerja. Maka dari itu pemberian makanan yang memenuhi syarat kecukupan zat gizi harus seimbang.

2. Fungsi dan Macam Zat Gizi

Menurut (Hapsari, 2021) menyatakan bahwa zat gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan oleh tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu membangun dan memelihara jaringan, menghasilkan energi serta mengatur proses kehidupan. Dan dikelompokkan menjadi tiga fungsi zat gizi dalam tubuh, yaitu:

a. Untuk Pertumbuhan dan Jaringan Tubuh

Mineral, protein dan air merupakan bagian dari jaringan tubuh. Oleh karena itu, sangat diperlukan untuk membentuk sebuah sel-sel baru, memelihara dan mengganti sel-sel yang rusak. Maka fungsi ini dan ketiga zat gizi tersebut di namakan zat pembangun.

b. Sebagai Sumber Energi

Zat yang dapat memberikan energi adalah lemak, protein dan karbohidrat. Oksidasi zat ini menghasilkan energi yang sangat diperlukan tubuh untuk melakukan kegiatan atau aktivitas. Zat tersebut termasuk ikatan organik yang mengandung karbon yang dapat di bakar. Ketiga zat tersebut terdapat dalam jumlah yang paling banyak didalam

bahan pangan. Menurut fungsinya sebagai zat pemberi energi, ketiga zat gizi tersebut dinamakan zat pembakar.

c. Mengatur Proses Tubuh

Vitamin, mineral, air dan protein diperlukan untuk mengatur proses tubuh. Protein mengatur keseimbangan air dalam mineral, dan bertindak sebagai buffer dalam upaya memelihara netralitas tubuh dalam bentuk antibodi sebagai penangkal organisme yang bersifat infeksi dan bahan asing yang mungkin dapat masuk ke dalam tubuh. Dari beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa gizi adalah suatu zat yang terdapat dalam makanan dan sangat diperlukan tubuh, sedangkan zat gizi merupakan zat yang diperlukan oleh tubuh.

Menurut (Sri Purwaningsih, 2022) ada enam jenis zat yang dibutuhkan oleh tubuh:

- 1) Lemak adalah garam yang terjadi dari penyatuan asam lemak dengan alkohol organik atau gliserin.
- 2) Vitamin adalah senyawa organik yang dibutuhkan tubuh dengan jumlah sedikit untuk mengatur fungsi tubuh yang spesifik serta pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi. Vitamin tidak dapat dihasilkan oleh tubuh sehingga diperoleh dari bahan makanan.

- 3) Karbohidrat adalah satu atau beberapa senyawa kimia termasuk gula, pati dan sera yang mengandung atom C,H dan O dengan rumus kimia $C_n(H_2O)_n$. Karbohidrat adalah sumber energi utama bagi tubuh.
- 4) Protein adalah senyawa kimia yang mengandung asam amino yang tersusun dari atom C,H,O, dan N.
- 5) Air merupakan komponen terbesar dari struktur tubuh manusia karena 60-70% berat dewasa berupa air, sehingga sangat diperlukan oleh tubuh terutama bagi yang melakukan aktivitas berat atau olahraga.
- 6) Mineral adalah zat organik yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah kecil untuk membantu reaksi dari fungsional tubuh, misalnya memelihara keteraturan metabolisme.

Zat gizi diuraikan oleh Dieni Septiawati (2021) sebagai berikut:

a. Karbohidrat

1. Pengertian dan Fungsi Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber kalori utama dan menghasilkan serat yang sangat bermanfaat bagi pencernaan dan Kesehatan manusia. Beberapa fungsi karbohidrat diantaranya adalah sebagai sumber energi utama, terlibat dalam metabolisme lemak, menghemat protein, jika asupan karbohidrat mencukupi asupan tubuh maka tubuh akan terhindar dari gluconeogenesis asam amino, glukosa sebagai sumber energi utama bagi

otak dan sistem saraf, serta berfungsi memperbaiki kinerja peristaltic usus dan pemberi muatan sisa makanan.

2. Sumber Karbohidrat

Karbohidrat bersumber dari jagung manis, madu, akar-akaran, biji-bijian, gula susu atau laktosa, kacang polong, umbi-umbian, buah yang belum matang, agar-agar dan sereal.

b. Lemak

1. Pengertian dan Fungsi Lemak

Lemak merupakan sumber energi bagi tubuh. Lemak merupakan penghasil energi, pelindung kehilangan panas tubuh, pembangun susunan tubuh, pelarut vitamin A,D,E dan K, penghasil lemak esensial, pelumas diantara persendian, penanggung rasa lapar, sebagai precurcor dari protaglandium yang mengatur tekanan darah, liposis dan denyut jantung.

2. Sumber Lemak

Sumber lemak dapat ditemui pada minyak kelapa, nabati, hewani, minyak kacang, minyak biter, minyak salam, buah alpukat dan lain-lain.

a. Protein

Protein berfungsi sebagai bahan bakar, zat pengatur dan zat pembangun. dan dapat ditemui pada susu, telur, buah almonds, gandum, beras, jagung, kacang-kacangan, ikan dan lain-lain.

b. Vitamin

1. Vitamin A Bermanfaat untuk mencegah buta senja, membantu melawan infeksi. Vitamin A terdapat di dalam cairan berwarna hijau, buah-buahan berwarna kuning, ubi jalar, susu, waluh, wortel, kuning telur, ikan, hati dsb.
2. Vitamin B kompleks (B1, B2, niasin, B6, B12, niotin, folasin, asam pantotenat). Berguna untuk membantu merubah makanan menjadi tenaga, membantu metabolisme. Dan terdapat dalam biji-bijian, daging, unggas, ikan, ginjal, hati, jantung, telur, oncom, tempe, kecap, sayuran hijau dsb.
3. Vitamin C sebagai anti oksida, dan membantu tubuh menyerap zat besi. Vitamin C ada di dalam sayuran dan buah-buahan segar (mentah).
4. Vitamin D Membantu menyerap kalsium. Dan terdapat di dalam mentega, susu, minyak ikan, kuning telur dsb.
5. Vitamin E terdapat di dalam tauge, daging, jagung, sayuran, mentega, susu, telur, hati dsb.
6. Vitamin K berguna untuk mencegah pendarahan. Dan Vitamin K terdapat di dalam kol, kuning telur, susu, minyak kedelai, hati, bayam dan kubis.

Menurut (Yulianti, 2020) gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktifitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Artinya setiap menu makanan harus mencakup nutrisi lengkap, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Dan terdapat beberapa macam zat gizi:

- a. Karbohidrat, merupakan zat gizi besar yang meliputi gula, pati dan serat. Gula dapat ditemukan pada buah, susu dan hasil olahannya. Pati dapat ditemukan pada beras, jagung, gandum, pasta, sagu, umbi-umbian, sayuran, kacang kering. Sementara serat dapat ditemukan pada umbi-umbian, kacang-kacangan, sayur dan buah.
- b. Protein merupakan komponen utama seluruh sel tubuh dan berfungsi sebagai enzim, hormon, dan molekul penting lainnya. Protein dapat diperoleh dari telur, ikan, daging, biji-bijian, kacang-kacangan.
- c. Lemak berfungsi sebagai pelezat makanan sehingga orang cenderung lebih menyukai makanan berlemak.
- d. Vitamin terdiri dari:

Vitamin A Bermanfaat untuk mencegah buta senja, membantu melawan infeksi. Vitamin A terdapat di dalam cairan berwarna hijau, buah-buahan berwarna kuning, ubi jalar, susu, waluh, wortel, kuning telur, ikan, hati dsb. Vitamin B kompleks (B1, B2, nasin, B6, B12, niotin, folasin, asam pantotenat). Berguna untuk membantu merubah makanan

menjadi tenaga, membantu metabolisme. Dan terdapat dalam biji-bijian, daging, unggas, ikan, ginjal, hati, jantung, telur, oncom, tempe, kecap, sayuran hijau dsb. Vitamin C sebagai anti oksida, dan membantu tubuh menyerap zat besi. Vitamin C ada di dalam sayuran dan buah-buahan segar (mentah). Vitamin D Membantu menyerap kalsium. Dan terdapat di dalam mentega, susu, minyak ikan, kuning telur dsb. Vitamin E terdapat di dalam tauge, daging, jagung, sayuran, mentega, susu, telur, hati dsb. Vitamin K berguna untuk mencegah pendarahan. Dan Vitamin K terdapat di dalam kol, kuning telur, susu, minyak kedelai, hati, bayam dan kubis

Menurut (Rudi Leo, 2022) vitamin adalah senyawa organik yang diperlukan tubuh dalam jumlah kecil untuk kesehatan dan sebagai enzim untuk metabolisme tubuh. Vitamin dibagi menjadi 2 golongan yaitu (1) vitamin larut lemak terdiri dari vitamin A,D,E dan K. dan yang ke (2) vitamin larut air terdiri dari vitamin B kompleks dan vitamin C.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa zat gizi terdiri atas nutrisi yang dikonsumsi dengan jumlah besar dalam ukuran besar seperti lemak, protein dan karbohidrat, serta nutrisi yang dikonsumsi dengan jumlah relative kecil dalam ukuran microgram dan milligram seperti mineral dan vitamin. Zat gizi tersebut sangat berguna bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik serta energin yang cukup guna melaksanakan aktivitas sehari-hari.

3. Hakikat Gizi Seimbang

(Baderi Septiawan, 2019) susunan pangan di dalam makanan yang seimbang yaitu susunan bahan pangan yang menyediakan gizi-gizi penting dalam jumlah yang cukup diperlukan di dalam tubuh sebagai tenaga, pertumbuhan, pemeliharaan, dan perbaikan jaringan. Banyak gizi diperlukan, itu berbeda antara satu orang dengan orang yang lain di sebabkan karena berbagai faktor, akan tetapi fungsi gizi pada intinya sama untuk orang lain.

Menurut (Hesti Khofifah, 2021) Gizi seimbang dibagi menjadi dua:

- a. Kualitas adalah yang mengacu pada kecukupan gizi Mengonsumsi nasi, lauk nabati, lauk hewani, buah, sayur, susu, yang mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh tubuh.
- b. Kuantitas adalah seberapa banyak mengonsumsi makanan atau beberapa kalori yang diberikan, sedangkan kualitas yaitu merupakan kelengkapan zat yang ada di dalamnya (lemak, karbohidrat, protein, vitamin dan mineral) yang ada di dalam makanan.

Kecukupan pangan dapat diukur secara kualitatif dan kuantitatif. Pengukuran kualitatif yaitu meliputi nilai sosial, ragam dan jenis makanan serta cita rasa sedangkan pengukuran kuantitatif zat gizi. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa di dalam makanan yang seimbang adalah susunan bahan pangan yang dapat menyediakan gizi yang penting dalam jumlah yang diperlukan oleh tubuh untuk tenaga, pertumbuhan, pemeliharaan dan perbaikan jaringan. Gizi seimbang dibagi menjadi kualitas dan kuantitas,

banyaknya gizi yang diperlukan berbeda antara satu orang dengan orang yang lain dikarenakan berbagai faktor tetapi fungsi pokok gizi sama untuk semua orang.

4. Dampak Kurangnya zat gizi

Kekurangan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun mental, mengurangi kreatifitas, kecerdasan dan produktifitas penduduk. Menurut (Hesti Khofifah, 2021), munculnya permasalahan gizi dapat dilihat dari ketidakseimbangan antara *agens*, *host*, dan lingkungan. Kemudian unsur penjamu meliputi: umur, faktor, genetik, kelompok etnik, jenis kelamin, keadaan emosional, dan kebiasaan seseorang. Kemudian sumber penyakit meliputi: kimia dari luar, faktor gizi, kimia dari dalam, fisiologi atau faal, psikis, genetis, kekuatan fisik dan biologis. Sedangkan unsur lingkungan meliputi tiga faktor yaitu: lingkungan biologis, lingkungan fisik dan lingkungan sosial, ekonomi, budaya.

Anak-anak yang memenuhi zat gizinya akan memiliki daya tahan tubuh yang baik terhadap penyakit, sehingga proses di dalam tubuh berfungsi dengan normal. Dengan demikian dalam sehari-harinya kebutuhan zat gizi anak-anak kurang.

Menurut (Dieni Septiawati, 2021) masalah gizi yang sering ditemukan dan berdampak pada prestasi belajar dan pertumbuhan fisik anak SD dan MI adalah sebagai berikut:

1. Gangguan Akibat Kurang Yodium (GAKI)
2. Kurang Energi Protein (KEP)
3. Anemia Gizi Besi
4. Kurang Vitamin A (KVA)
5. Gizi Lebih

Munculnya permasalahan tersebut disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang beranekaragam, pemahaman yang salah terhadap jenis makanan, ketidak teraturannya pola makan serta gaya hidup masyarakat setempat. Menurut (Gianfranco S, 2021) dampak kekurangan gizi yaitu:

- 1) Pengaruh untuk daya tahan tubuh, penderita akan mudah terkena penyakit dan infeksi. Dan tubuh yang kurang gizi kemampuannya akan kurang untuk membentuk zat pelindung terhadap penyakit.
- 2) Pengaruh terhadap daya kerja, seseorang yang kelainan gizi akan merasakan kurang bergairah. Tahap ini penderita masih kurang menyadari.
- 3) Pengaruh terhadap pertumbuhan jasmani dan mental. Pada tahap ini penderita akan mengalami tubuh tidak akan tinggi, otot tidak akan berkembang dan kecerdasan anak juga terpengaruh.

Konsumsi makanan dan tingkat kesehatan dapat dipengaruhi oleh makanan, pendapatan, dan tahan makanan. Hakikatnya gizi buruk akan berdampak merugikan jika jumlahnya cukup besar akan menyebabkan penurunan kualitas sumber daya manusia. Dalam mengonsumsi makanan

harus benar-benar memperhatikan kualitas dan kuantitas jangan sampai kurang maupun lebih karena dapat mengakibatkan gangguan kesehatan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kekurangan zat besi adalah salah satu permasalahan gizi. Kekurangan gizi dan energi pada anak dapat menyebabkan kelemahan, pertumbuhan jasmani terlambat dan perkembangan selanjutnya lama. Karena dapat menimbulkan penyakit kurang gizi bahkan sampai kematian.

5. Dampak Kelebihan Gizi

Kelebihan gizi adalah keadaan patologis yang tidak sehat akibat kebanyakan makan. Mengonsumsi energi lebih banyak dari yang diperlukan tubuh untuk jangka waktu panjang disebut gizi lebih. Kegemukan atau obesitas merupakan tanda pertama yang dapat dilihat dari keadaan gizi lebih. Dan jika dibiarkan menyebabkan berbagai penyakit seperti aterosklerosis, diabetes melitus, gangguan kinerja jantung, tekanan darah tinggi dan lain sebagainya. Menurut (Adhila Fayasari, 2020) kelebihan berat badan adalah akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Dan secara ilmiah obesitas terjadi karena mengonsumsi kalori lebih banyak dari yang diperlukan tubuh.

Berdasarkan dari uraian di atas dapat disimpulkan kelebihan gizi untuk keadaan tidak sehat dan kelebihan berat badan disebabkan kebanyakan makan dan mengonsumsi kalori lebih banyak dari yang diperlukan oleh tubuh untuk jangka waktu yang panjang, dan penimbunan lemak yang berlebihan.

Kegemukan merupakan tanda pertama yang bisa dilihat dari keadaan gizi lebih.

6. Hakikat Status Gizi

Menurut (Kusnandar, 2020) status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu dan dapat dikatakan status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan untuk mempertahankan tingkat kebugaran dan kesehatan, membantu pertumbuhan anak, serta memperoleh prestasi yang prima bagi olahragawan.

Menurut (Hamzah, 2020) menyatakan status gizi adalah tanda-tanda dari penampilan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara pemasukan gizi disuatu pihak dan pengeluaran energi dipihak lain melalui indikator berat badan dan tinggi badan. Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa status gizi adalah keadaan gizi seseorang akibat makanan yang di konsumsi terhadap tubuh, dan kesesuaian gizi yang dikonsumsi dengan gizi yang diperlukan tubuh.

7. Cara Pengukuran atau Penilaian Status Gizi

Menurut (Meilani Kumala, 2020), penilaian status gizi dilakukan dengan berbagai cara yaitu:

a. Pemeriksaan langsung

- 1) Biokimia, pemeriksaan laboratorium untuk mengetahui hemoglobin, feritin, kolesterol dan glukosa.
- 2) Antropometri pengukuran berat badan tinggi badan dan tebal lemak tubuh.
- 3) Klinis, mengetahui keadaan kekurangan zat gizi tertentu.

b. Pemeriksaan tidak langsung

- 1) Faktor ekologi, didasarkan atas ketersediaan makanan yang di pengaruhi faktor ekologi yaitu; tanah, iklim, irigasi.
- 2) Survei konsumsi, dilakukan dengan wawancara kebiasaan makan dan perhitungan makan sehari-hari.
- 3) Statistik vital, menganalisis data kesehatan seperti angka kematian, kematian akibat hal-hal yang berhubungan dengan gizi dan kesakitan.

Penilaian status gizi berdasarkan antropometri itu pengukuran dimensi fisik dan komposisi tubuh pada umur dan tingkat gizi berbeda dan dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu ; 1) berdasarkan indeks masa tubuh (IMT), 2) indeks berat badan (BB) menurut umur atau menurut tinggi badan, 3) indeks berat badan atau tinggi badan, 4) indeks lingkaran lengan atas (LLA), 5) indeks LLA atau TB. (Meilani Kumala, 2020) menyampaikan bahwa ada cara penilaian status dengan menghitung IMT. Cara ini digunakan untuk

mengetahui status gizi orang dewasa berusia lebih dari 18 tahun. Pengukuran kedua dapat dilakukan menghitung indeks berat badan dengan umur dan tinggi badan dengan umur dimana cara ini butuh data umur yang akurat.

Pengukuran yang ketiga dengan indeks tinggi badan dengan berat badan dimana cara ini butuh waktu dan tenaga yang lebih banyak. Pengukuran yang keempat dengan menghitung indeks lingkaran lengan atas dengan umur atau lingkaran lengan atas dengan berat badan dimana cara ini butuh data umur yang akurat dan lebih cocok menilai kekurangan energi protein. Penelitian ini menggunakan pengukuran antropometri berdasarkan tinggi badan dan berat badan karena bermaksud mengetahui status gizi anak usia SD 10-11 tahun. Perhitungan ini saat dilakukan dengan mengonsultasikan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan terhadap nilai 100% standar yang terdapat dalam tabel indeks berat badan dan tinggi badan sesuai usia 6-17 tahun, selanjutnya dihitung dengan membagi berat badan terhadap berat badan 100%, dikalikan dengan 100%, dikali 100 kemudian hasilnya di konsultasikan dengan tabel standar status gizi.

Selanjutnya pengukuran antropometri untuk mengetahui status gizi dapat dilakukan dengan cara :

a. Penimbangan Berat Badan

- 1) Berat badan dipergunakan untuk mengevaluasi keseimbangan asupan makanan dengan energi yang dikeluarkan untuk aktivitas.

- 2) Penimbangan dilakukan dengan pakaian seminim mungkin dan tubuh dalam keadaan tidak berkeringat.
- 3) Menggunakan alat timbang berat badan standar dengan penelitian sampai 100gram.

b. Pengukuran Tinggi Badan

- 1) Pengukuran dilakukan dengan sikap berdiri tegap tanpa sepatu.
- 2) Pengukuran menggunakan pola sentimeter yang fleksibel dan tidak elastis yang ditempelkan secara vertikal di dinding.

c. Pengukuran lingkar lengan atas

- 1) Menunjukkan masa otot.
- 2) Menggunakan alat ukur dengan pola sentimeter yang fleksibel.
- 3) Pengukuran pada titik tengah ujung tulang dan benjolan siku dengan posisi lengan bergantung rileks.

d. Pengukuran Lemak dibawah kulit

- 1) Menunjukan massa lemak tubuh dan komposisi tubuh.
- 2) Pengukuran dilakukan pada trisep, bisep, supscapula, dan supraliaca
- 3) Alat ukur yang digunakan berupa *skikfold capiler* dengan penelitian 0,1 mm.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan penilaian status gizi berdasarkan antropometri disebut dimensi fisik dan komposisi tubuh pada umur dan tingkat gizi yang berbeda yang dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu :

- 1) berdasarkan indeks massa tubuh, 2) menggunakan indeks berat badan menurut umur atau tinggi badan menurut umur, 3) indeks berat badan dan tinggi badan, 4) indeks lingkar lengan atas menurut umur, 5) indeks lingkar lengan atas menurut tinggi badan. Selain itu penilaian status gizi dapat dihitung dengan menghitung indeks masa tubuh. Cara ini digunakan untuk mengetahui status gizi orang dewasa berusia 18 tahun atau lebih. Pengukuran kedua dapat dilakukan dengan indeks berat badan menurut umur dan tinggi badan menurut umur, cara ini membutuhkan data umur yang akurat. Pengukuran yang ketiga dilakukan dengan menghitung indeks berat badan menurut tinggi badan dimana cara ini membutuhkan waktu dan tenaga lebih banyak. Pengukuran yang keempat dilakukan dengan menghitung indeks lingkar lengan atas menurut umur atau lingkar lengan atas menurut berat badan, cara ini membutuhkan data umur yang akurat dan lebih cocok untuk menilai kekurangan energi protein. Perhitungan antropometri berat badan menurut tinggi badan dapat dilakukan dengan mengonsultasikan dengan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan terhadap nilai 100% standar yang terdapat dalam tabel indeks berat badan menurut tinggi badan berdasarkan usia 6-17 tahun selanjutnya dihitung dengan

membagi berat badan terhadap berat badan 100%, dikalikan 100%, dikalikan 100 kemudian hasilnya dikonsultasikan dengan tabel standar status gizi.

8. Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan pada Status Gizi

1) Hubungan Berat Badan dengan Status Gizi

Berat badan merupakan salah satu ukuran yang memberikan gambaran masa jaringan, termasuk cairan tubuh. Berat badan peka terhadap perubahan mendadak baik karena penyakit infeksi maupun konsumsi makanan menurun. Hubungan berat badan dengan status gizi itu untuk mengetahui keadaan status gizi. Seseorang yang keadaan gizinya berlebih disebut obesitas, sehingga harus mengurangi konsumsi makanan gizi seimbang, dan menambah kegiatan sehari-harinya dengan olahraga secara teratur. Orang yang keadaan gizinya kurang dapat terlihat kurus dan mudah terkena penyakit. Keadaan gizi kurang maka perlu menambahkan makanan yang kualitas dan kuantitas sesuai gizi seimbang (Rabiatul Addawiah, 2020).

Menurut (Meilani Kumala, 2020) berat badan menggambarkan jumlah dari protein, lemak, air dan mineral pada tulang. Pada remaja, lemak tubuh cenderung meningkat dan protein otot menurun. Berat badan merupakan parameter paling baik, mudah terlihat perubahan dalam waktu yang singkat karna perubahan konsumsi makanan dan kesehatan. Berat

badan memberikan gambaran status gizi sekarang dan kalau dilakukan secara periodik memberikan gambaran yang baik tentang pertumbuhan.

Tabel 1 Berat Badan Ideal Anak Usia 10-12 Tahun

Laki-laki		Perempuan	
Usia	Berat Badan	Usia	Berat Badan
10 tahun	32 kg	10 tahun	33 kg
11 tahun	36 kg	11 tahun	37 kg
12 tahun	41 kg	12 tahun	42 kg

(Meilani Kumala, 2020)

2) Hubungan Tinggi Badan dengan Status Gizi

Tinggi badan memberikan gambaran fungsi pertumbuhan yang dilihat dari keadaan kurus kering dan kecil pendek. Tinggi badan merupakan salah satu untuk melihat keadaan gizi masalah terutama yang berkaitan dengan keadaan berat badan lahir rendah dan kurang gizi dimasa balita. Hubungan tinggi badan dan status gizi yaitu pertambahan tinggi badan, berat badan dapat dijadikan salah satu pedoman untuk menentukan status gizi. Status gizi yang baik berarti perkembangan dan pertumbuhan tubuh kita akan serasi dan sesuai umur (Rabiatul Adawiah, 2020).

Menurut (Kusnandar, 2020) menjelaskan bahwa tinggi badan merupakan pilihan kedua setelah ukuran tinggi badan dengan

menghubungkan tinggi badan berat badan. Untuk anak-anak dan remaja ukuran tinggi badan dapat memberikan gambaran gizi masa lampau dan masa sekarang. orang dewasa yang sekarang tingginya kurang dari standar belum tentu dalam keadaan gizi kurang. Mungkin pada masa lampau orang tersebut menderita gizi kurang. Sehingga badannya tidak dapat mencapai tinggi yang seharusnya dicapai.

Tabel 2 Tinggi Badan Ideal Anak Usia 10-12 Tahun

Laki-laki		Perempuan	
Usia	Tinggi Badan	Usia	Tinggi Badan
10 tahun	139 cm	10 tahun	138 cm
11 tahun	144 cm	11 tahun	144 cm
12 tahun	149 cm	12 tahun	152 cm

(Kusnandar, 2020)

1. Karakteristik Siswa Kelas Atas Usia 10-12 Tahun

Menurut (Rara Afiani, 2020) menjelaskan bahwa karakteristik anak sekolah dasar adalah insan yang utuh yang sedang tumbuh dan berkembang dalam dunianya sendiri menuju kedewasaan. Ada tiga karakteristik anak usia 10 sampai 11 tahun kelas IV sampai kelas V yaitu: 1) karakteristik jasmani, 2) karakteristik psikologik atau mental, 3) karakteristik sosial.

1. Karakteristik Jasmani

a) Daya tahan tubuh berkembang

- b) Pertumbuhan tetap
- c) Koordinasi mata dan tangan baik
- d) Gizi tetap, mulai tumbuh
- e) Kecelakaan cenderung memacu mobilitas

2. Karakteristik Psikologi dan mental

- a. Sangat menyenangkan kegiatan kompetitif
- b. Aktivitas yang menyenangkan bertambah
- c. Senang meniru yang sesuai dengan idamannya
- d. Sangat mengharapkan pujian dari orang dewasa
- e. Perhatian terhadap permainan yang diorganisasi berkembang

3. Karakteristik Sosial

- a. Suatu saat suka membual
- b. Mudah terangsang

Sejalan dengan pertumbuhan fisik dimana anak semakin tinggi dan besar, maka kemampuan fisik meningkat. Beberapa macam kemampuan fisik yang nyata perkembangannya pada anak besar menurut (Riri Zulvira, 2021) adalah:

1) Perkembangan Fleksibilitas

- a) Sampai usia 12 tahun anak perempuan mengalami peningkatan fleksibilitas secara umum dan sesudah 12 tahun akan mengalami penurunan.

- b) Fleksibilitas pergelangan kaki adalah yang konstan, konsisten disemua umur.
- c) Ada kekecualian dalam penurunan flesibilitas secara umum tersebut, yaitu bahu, lutut dan paha fleksibilitas sudah mulai menurun sesudah umur 6 tahun.
- d) Fleksibiltas pada setiap bagian tubuh tidak ada inter kolerasi apabila seseorang memiliki fleksibiltas yang baik pada salah satu bagian pada tubuh, pada bagian tubuh yang lain belum tentu baik fleksibilitasnya.

2) Perkembangan kekuatan

Pada akhir masa anak besar perkembangan jaringan ototnya cepat. Pada saat itu kekuatan anak meningkat cepat, pada anak perempuan kekuatan tercepatnya dicapai pada usia 9-10 tahun. Peningkatan tercepat dimana anak perempuan mencapainya dua tahun lebih awal dibanding anak lakilaki adalah sejalan dengan kecenderungan umum dimana anak perempuan secara fisik dan fisiologis mencapai kematangan lebih awal kurang dua tahun.

3) Perkembangan Keseimbangan

Keseimbangan dibagi menjadi dua macam yaitu statik dan dinamik. Keseimbangan statik adalah keseimbangan saat tubuh diam, seperti berdiri dengan satu kaki. Sedangkan keseimbangan dinamik adalah keseimbangan saat bergerak. Pada perkembangan psikologis

dan sosial, sesudah masa anak besar atau usia 10-11 tahun sikap psikologis dan sosial mengalami perkembangan, sifat yang menonjol antara lain:

- a) Mudah gembira
- b) Pemujaan pahlawan kuat
- c) Minat terhadap olahraga kompetitif meningkat
- d) Baik anak laki-laki maupun perempuan menyukai permainan aktif
- e) Minat terhadap permainan yang lebih terorganisir meningkat
- f) Memperoleh kekuasaan yang besar melalui kemampuan mencapai sesuatu, membenci kegagalan
- g) Rasa kebanggaan akan keterampilan yang dikuasai tinggi dan berusaha untuk meningkatkan kebanggaan diri

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan ini untuk memperkuat posisi penelitian yang dilakukan saat ini juga digunakan sebagai dasar penelitian menyusun kerangka berpikir.

Penelitian tersebut diantaranya:

- 1). Penelitian ini dilakukan oleh Christiana Hertiningdyah Sulistiani (2020) yang berjudul “*Gambaran Status Gizi Anak Berdasarkan Pola*

Makan Dan Pola Asuh Di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur” Populasi penelitian terdiri dari siswa kelas 5 dan 6 di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur dengan jumlah sebanyak 43 siswa. Metode yang digunakan adalah metode pengukuran langsung dan wawancara. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Instrumen yang digunakan stadiometer untuk mengukur tinggi badan dan timbangan untuk mengukur berat badan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian malnutrisi pada anak sebesar 30,2% terdiri dari status gizi kurang 2,3% dan status gizi lebih 27,9%. Siswa dengan status gizi kurang dijumpai lebih banyak pada anak yang sarapan setiap hari (2,6%), membawa makanan dari rumah setiap hari (10%), jajan di sekolah setiap hari (2,6%), makan camilan kadang - kadang (5,9%), tidak vegetarian (2,7%), dan mendapatkan pola asuh demokratis (3,6%). Siswa status gizi lebih dijumpai lebih banyak pada anak yang tidak pernah sarapan (100%), tidak pernah membawa makanan dari rumah (31%), jajan di sekolah setiap hari (29%), kebiasaan makan camilan setiap hari (44,4%), tidak vegetarian (30,6%), dan mendapatkan pola asuh permisif (50%).

2). Penelitian ini dilakukan oleh (Ilmul Ma’arif, 2020) yang berjudul “*Survey* Status Gizi saat Pandemi Covid-19 pada Siswa Sekolah Dasar Negeri SeKapanewon Gudo”. Populasi penelitian adalah siswa kelas VI SDN SeKapanewon Gudo yang berjumlah 150 siswa, dengan rincian 85 siswa laki-laki dan sebanyak 65 siswa perempuan. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif dengan pendekatan survey. Hasil

penelitian menunjukan bahwa status gizi siswa kelas VI SDN SeKapanewon Gudo dengan kategori kurus sebanyak 87 siswa (58%), kategori normal sebanyak 46 siswa (30,7%), kategori berat badan lebih sebanyak 15 siswa (10%), dan kategori obesitas sebanyak 1 siswa (1,3%), dengan keseluruhan 150 siswa.

C. Kerangka Berfikir

Gizi merupakan satu kebutuhan yang harus mendapatkan perhatian yang lebih dalam hak kecukupannya baik kualitas dan kuantitasnya. Gizi dipengaruhi dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaannya bagi tubuh. Pemenuhan gizi yang baik akan mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan, pemeliharaan sel-sel dalam tubuh dan metabolisme tubuh.

Begitu sebaliknya jika asupan gizi yang dimakan kurang makan menghambat pertumbuhan dan perkembangan baik psikis maupun fisik. Pada masa usia sekolah dasar, gizi yang cukup sangat diperlukan dalam tubuh kembang. Status gizi adalah keadaan menggambarkan gizi seseorang sehingga bisa diketahui secara langsung apakah orang tersebut mengalami gizi baik, sedang, kurang, buruk. Status gizi akan mempengaruhi tingkat kecerdasan dan gerak motorik yang mempengaruhi kesegaran jasmani seseorang. Untuk itu perhatian terhadap kecukupan gizi harus sangat diperhatikan sejak dini agar sebab akibat kekurangan gizi dapat dihindari.

Status gizi adalah langkah awal dari penilaian terhadap keadaan gizi seseorang. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V, SD N 1

Sorobayan Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul yang rata-rata usia 10-12 tahun. Pada usia tersebut anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dimana faktor gizi turut mempengaruhi, sebab kekurangan maupun kelebihan zat gizi dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan mereka, apabila status gizi mereka baik diharapkan mereka bisa memiliki berat badan dan tinggi badan ideal. Sebaliknya apabila status gizi mereka buruk akan sulit berkembang dan akan terjadi perubahan metabolisme otak yang selanjutnya terjadi penurunan kemampuan berpikir karena kurang konsentrasi dan prestasi jadi turun.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian mengenai status gizi siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul Tahun Pelajaran 2021/2022 perlu dilakukan. Penelitian ini akan mengukur status gizi siswa menggunakan antropometri dengan mengukur berat badan dan tinggi badan. Siswa yang diteliti yaitu siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul Tahun Pelajaran 2021/2022.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menggunakan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis dalam langkah penelitiannya tidak perlu merumuskan hipotesis (Sugiyono, 2018). Berdasarkan macam asal data, penelitian ini termasuk penelitian primer, yang pengambilan datanya langsung oleh peneliti. Dan untuk mendapatkan data mengenai status gizi dilakukan dengan teknik pengukuran berat badan dan tinggi badan dan termasuk juga penelitian kuantitatif yang berdasarkan pengalaman empiris dengan mengumpulkan data berbentuk angka yang bisa dihitung dan berbentuk numeric. Penelitian ini menggunakan data berupa pengambilan data tinggi badan dan berat badan siswa SDN 1 Sorobayan kelas IV dan V usia 10 dan 12 tahun.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2018) *variable* penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut dan ditarik kesimpulannya. Adapun definisi operasional variable penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul dari data berat badan yang dihitung menggunakan alat Timbangan berat badan (GEA) dan tinggi badan yang di ukur

dengan alat stadiometer (stature meter). Status gizi adalah keadaan untuk menunjukkan seseorang dalam keadaan gizi baik, sedang, kurang, dan buruk yang dapat diketahui dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Pengukuran berat badan untuk anak menggunakan timbangan sedangkan pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer. Hasil pengukuran dihitung dengan rumus indeks berat badan menurut tinggi badan berdasarkan umur (6-18 tahun).

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa, sedangkan populasi dalam penelitian yaitu siswa kelas IV dan V , SDN 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul. Dengan jumlah 44 anak, Adapun rincian dapat dilihat pada tabel 3 Jumlah Siswa Kelas IV dan V di SDN 1 Sorobayan.

Tabel 3 Jumlah Siswa Kelas IV dan V di SDN 1 Sorobayan

No	Nama Sekolah Dasar	Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah
			Laki-laki	Perempuan	
1	SD 1 Sorobayan	4	11	9	20
2	SD 1 Sorobayan	5	14	10	24
JUMLAH			25	19	44

D. Instrumens Penelitian dan Tehnik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumens sesuai yang di anjurkan dalam buku (I Kadek Surya Atmaja, 2020) yaitu dengan menggunakan alat ukur stadiometer dengan satuan sentimeter dan pengukuran berat badan menggunakan alat timbang dengan satuan kilo gram.

2. Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dilakukan melalui observasi secara langsung, dengan langkah sebagai berikut:

1. Setelah mendapat surat penelitian, peneliti menentukan tempat dan waktu pengukuran berat badan dan tinggi badan.
2. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan oleh peneliti sendiri.
3. Pengukuran berat badan dan tinngi badan dilakukan diruang kelas IV dan V. Sebelumnya, peneliti telah mempersiapkan alat ukur terlebih dahulu dan memanggil secara urut sesuai absen sambil mencatat hasilnya.
4. Siswa yang telah diukur berat badan dan tinggi badan bisa melanjutkan pelajaran yang sudah di jadwalkan pada hari tersebut.

Cara pelaksanaan pengukuran berat badan sebagai berikut :

a. Berat badan

Dalam penelitian ini pengukuran dilakukan oleh dua orang, orang pertama bertugas mencatat hasil pengukuran, orang kedua bertugas mengamati dan melaporkan hasil pengukuran. Pelaksanaan pengukuran: timbangan diletakkan diatas lantai yang datar, petugas pertama memanggil anak satu persatu, dan anak berdiri diatas timbangan tanpa alas kaki. Petugas kedua mengamati mencatat hasil yang sudah tercantum kemudian melaporkan kepada petugas pertama. Dan tabel standar berat badan untuk menentukan status gizi bisa di lihat pada tabel 1 tinggi badan ideal siswa usia 10 dan 12 tahun.

Cara pelaksanaan pengukuran tinggi badan sebagai berikut:

b. Tinggi Badan

Dalam penelitian ini pengukuran dilakukan oleh dua orang, orang pertama bertugas mencatat hasil pengukuran, orang kedua bertugas mengamati dan melaporkan hasil pengukuran. Pelaksanaan pengukuran: stadio meter dipasang di dinding dari lantai dengan jarak dua meter. petugas pertama memanggil anak satu persatu, dan anak berdiri diatas timbangan tanpa alas kaki, tumit, pinggul, kepala pada posisi satu garis, pandangan lurus kedepan. Petugas kedua mengamati mencatat hasil yang sudah tercantum kemudian melaporkan kepada petugas pertama. Dan tabel standar

tinggi badan untuk menentukan status gizi bisa di lihat pada tabel 1 tinggi badan ideal siswa usia 10 dan 11 tahun.

E. Teknik Analisa Data

Setelah data terkumpul peneliti melakukan pengkategorian status gizi berdasarkan tinggi badan dan berat badan siswa dengan menggunakan paduan tabel klasifikasi status gizi berdasarkan berat badan dan tinggi badan.

Contoh soal: Ibrahim berusia 11 tahun mempunyai berat badan 24 Kg dengan tinggi badan 128 cm. Anak laki-laki dengan berat 24 Kg, maka berat standar dilihat dari indeks BB menurut TB pada tabel 4 Standar BB Berdasarkan TB untuk Menilai Status Gizi.

Cara penghitungan:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi badan(m)} \times \text{Tinggi Badan(m)}} = \frac{24 \text{ kg}}{1,28 \times 1,28} = 14,7$$

Hasil di atas menunjukkan bahwa siswa tersebut mempunyai status gizi kategori kurang, dikarenakan jumlah hasil status gizi siswa tersebut adalah 14,7 yang dimana 14,7 kurang dari <18,5 . Dan dapat dilihat dari tabel 4 Standar BB berdasarkan TB untuk Menilai Status Gizi Usia 10 dan 12 tahun.

Tabel 4 Standar BB Berdasarkan TB untuk Menilai Status
Gizi Usia 10 dan 12 tahun

N O	Klasifikasi	IMT
1	Gizi Kurang	<18,5
2	Gizi Normal	18,5 – 22,9
3	Gizi Lebih (Overweight)	23 -24,9
4	Obesitas I	25 – 29,9
5	Obesitas II	>+30

Sumber: Kementerian Kesehatan RI 2021

Klasifikasi ini melihat berat badan dan tinggi badan siswa berdasarkan presentasi standar, kemudian memasukkan kedalam kategori normal, lebih, kurang dan obesitas.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subyek, dan Waktu Penelitian

1. Deskripsi Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 1 Sorobayan, Gadingsari, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul.

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian yang digunakan adalah siswa kelas IV dan V sebanyak 44 siswa, yang terdiri dari 25 siswa putra dan 19 siswa putri.

3. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2022, dan pengambilan data dilakukan pada hari Rabu, 15 Juni 2022 dan Jumat, 17 Juni 2022.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan obyek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Dari hasil penelitian tentang status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan, perlu dideskripsikan secara keseluruhan maupun masing-masing kelas dan jenis kelamin. Data status gizi siswa diperoleh dari tes pengukuran tinggi badan dan berat badan , lalu di konversikan kedalam rumus indeks berat badan dan menurut tinggi badan.

Deskripsi data status gizi kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul akan dideskripsikan secara keseluruhan dan masing-masing kelas.

1. Status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

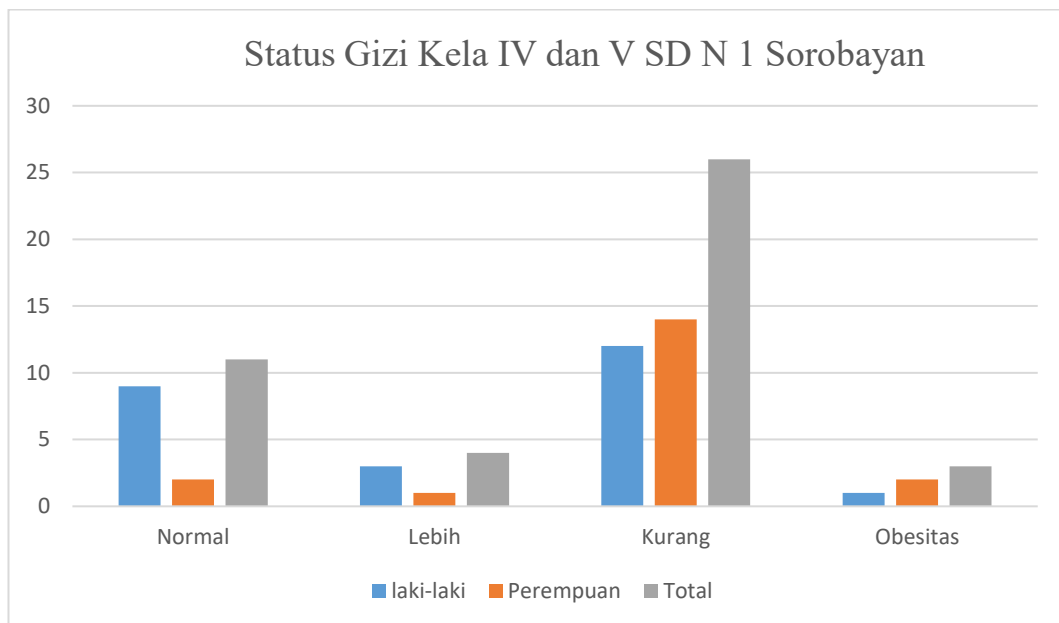
Secara keseluruhan, dapat diperoleh nilai maksimum sebesar 26,50 dan nilai minimum sebesar 13,10 sedangkan rata-rata sebesar 18,20 median sebesar 17,52 modus sebesar 17,87. Data yang dikategorikan sesuai dengan indeks berat badan berdasarkan tinggi badan menjadi 4 kategori, yaitu kategori normal, lebih, kurang, dan obesitas. Berikut hasil penelitian yang diperoleh:

Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas IV dan V
SD N 1 Sorobayan

NO	Kategori								Jumlah
	Normal		Lebih		Kurang		Obesitas		
	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	
Putra	9	20,28	3	23,82	12	14,66	1	23,82	25
Putri	2	18,83	1	23,47	14	16,48	2	25,45	19
Total	11	39,11	4	47,29	26	31,14	3	49,27	44

Dari tabel di atas diperoleh status gizi siswa kelas IV dan V SDN 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagai besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 11 siswa (39,11), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 4 siswa (47,29), dan pada kategori kurang 26 siswa (31,14) dan obesitas 3 siswa (49,27) . Maka dari itu frekuensi terletak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul, Sebagian besar adalah kurang.



Gambar 1 Histogram Status Gizi Anak Kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Agar deskripsi hasil penelitian lebih jelas, secara rinci berikut akan dideskripsikan data berdasarkan jenis kelamin.

a. Status Gizi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

Pada siswa putra diperoleh status gizi siswa putra kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 9 siswa (20,28), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 3 siswa (23,82), dan pada kategori kurang 12 (14,66) dan obesitas 1 siswa (23,82) . Maka frekuensi terbanyak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa putra kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.

b. Status Gizi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

Pada siswa putri diperoleh status gizi siswa putri kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 2 siswa (18,83), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 1 siswa (23,47), dan pada kategori kurang 14 siswa (16,48) dan obesitas 2 siswa (25,45). Maka frekuensi terbanyak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa putri kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.

2. Status gizi siswa kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

Secara keseluruhan, dapat diperoleh nilai maksimum sebesar 24,35 dan nilai minimum sebesar 13,1 sedangkan rata-rata sebesar 16,58 median sebesar 16,23 modus sebesar 17,87. Data yang dikategorikan sesuai dengan indeks berat badan berdasarkan tinggi badan menjadi 4 kategori, yaitu kategori baik, lebih, kurang, dan obesitas. Berikut hasil penelitian yang diperoleh:

Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas IV SD N 1
Sorobayan

N	Kategori								Jumlah
	Normal		Lebih		Kurang		Obesitas		
	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	
Putra	4	19,23	1	20,77	9	14,54	0	0.00	14
Putri	0	0,00	0	0,00	10	16,55	0	0,00	10
Total	4	19,23	1	20,77	19	31,09	0	0,00	24

Dari tabel di atas diperoleh status gizi siswa kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagai besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 4 siswa (19,23), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 1 siswa (20,77), dan pada kategori kurang 19 siswa (31,09) dan obesitas 0 siswa (0,00). Maka dari itu frekuensi terletak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.

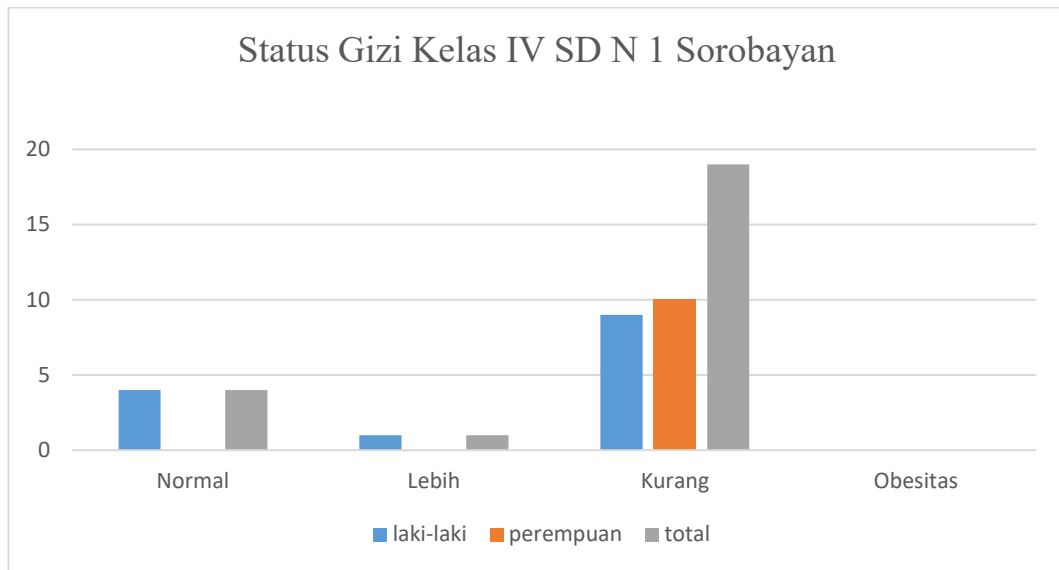
Agar deskripsi hasil penelitian lebih jelas, secara rinci berikut akan dideskripsikan data berdasarkan jenis kelamin.

- a. Status Gizi Siswa Putra Kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Pada siswa putra diperoleh status gizi siswa putra kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 4 siswa (19,23), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 1 siswa (20,77), dan pada kategori kurang 9 siswa (14,54) dan obesitas 0 siswa (0,00). Maka frekuensi terbanyak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa putra kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.

- b. Status Gizi Siswa Putri Kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Pada siswa putri diperoleh status gizi siswa putri kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantu sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 0 siswa (0,00), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 0 siswa (0,00), dan pada kategori kurang 10 siswa (16,55) dan obesitas 0 siswa (0,00). Maka frekuensi terbanyak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa putri kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.



Gambar 2 Histogram Status Gizi Anak Kelas IV SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

3. Status gizi siswa kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

Secara keseluruhan, dapat diperoleh nilai maksimum sebesar 26,50 dan nilai minimum sebesar 14,12, sedangkan rata-rata sebesar 20,14 median sebesar 20,85, modus sebesar 16,02. Data yang dikategorikan sesuai dengan indeks berat badan berdasarkan tinggi badan menjadi 4 kategori yaitu kategori normal, lebih, kurang dan obesitas. Berikut hasil penelitian yang diperoleh:

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas V SDN 1
Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul

N	Kategori								Jumlah
	Baik		Lebih		Kurang		Obesitas		
	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	Σ	IMT	
Putra	5	17,60	2	24,06	3	15,05	1	26,50	11
Putri	2	18,83	1	23,47	4	16,29	2	25,45	9
Total	7	36,43	3	47,53	7	31,34	3	51,95	20

Dari tabel di atas diperoleh status gizi siswa kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagai besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 7 siswa (36,43) selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 3 siswa (47,53) dan pada kategori kurang 7 siswa (31,34) dan obesitas 3 siswa (51,95). Maka dari itu frekuensi kelas V pada 2 kategori yaitu normal dan kurang , dengan demikian status gizi siswa kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar memiliki kategori normal dan kurang.

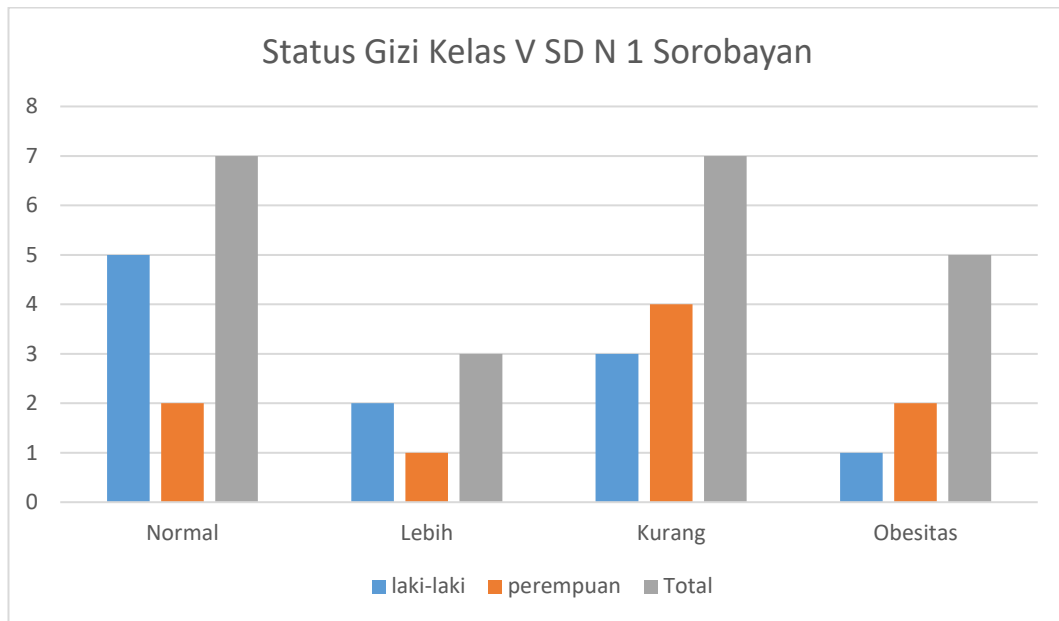
Agar deskripsi hasil penelitian lebih jelas secara rinci berikut akan dideskripsikan data berdasarkan jenis kelamin.

- a. Status Gizi Siswa Putra Kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Pada siswa putra diperoleh status gizi siswa putra kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 5 siswa (17,60) selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 2 siswa (24,06) dan pada kategori kurang 3 siswa (15,05) dan obesitas 1 siswa (26,50). Maka frekuensi terbanyak pada kategori normal, dengan demikian status gizi siswa putra kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah normal.

b. Status Gizi Siswa Putri Kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

Pada siswa putri diperoleh status gizi siswa putri kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 2 siswa (18,83) selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 1 siswa (23,47), dan pada kategori kurang 4 siswa (16,29) dan obesitas 2 siswa (25,45). Maka frekuensi terbanyak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa putri kelas V SDN 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagian besar adalah kurang.



Gambar 3 Histogram Status Gizi Anak Kelas V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bedasarkan hasil penelitian maka diperoleh status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul sebagai besar mempunyai status gizi normal yaitu sebanyak 11 siswa (39,11), selanjutnya pada kategori lebih sebanyak 4 siswa (47,29), dan pada kategori kurang 26 siswa (31,14) dan obesitas 3 siswa (49,27) . Maka dari itu frekuensi terletak pada kategori kurang, dengan demikian status gizi siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan, Kapanewon Sanden, Kabupaten Bantul, Sebagian besar adalah kurang.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi Guru Penjas dan orang tua wali murid, yaitu dapat memberikan informasi tentang keadaan status gizi siswa atau anaknya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengambil langkah-langkah yang tepat dan benar dalam menentukan program-program pembelajaran dalam meningkatkan prestasi penjas siswa pada khususnya dan prestasi sekolah pada umumnya, sehingga dapat meningkatkan prestasi penjas bagi siswa, dan juga meningkatkan prestasi belajar siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dapat diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan peneliti. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari yaitu penelitian hanya meneliti mengenai berat badan siswa dan tinggi badan siswa sebaiknya dilakukan uji laboratorium, sehingga data yang diperoleh merupakan hasil pengambilan data seketika tanpa memperhatikan kondisi fisik subyek apakah mengalami kelelahan atau tidak sebelum pengambilan data. Selain itu peneliti juga memiliki kendala saat mengukur berat badan siswa karena beberapa siswa tidak mengenakan satu seragam yang sama sehingga peneliti tidak dapat menyamakan berat pakaian yang digunakan siswa ketika pengambilan data berat badan.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan peneliti mengenai status gizi anak siswa kelas IV dan V SD N 1 Sorobayan Kapanewon Sanden Kabupaten Bantul maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Guru PJOK agar meningkatkan prestasi penjas siswa-siswinya, karena secara keseluruhan status gizi siswa Sebagian besar adalah baik. Dengan demikian akan lebih mudah bagi guru penjas untuk meningkatkan prestasi penjas siswa-siswinya.

2. Bagi Orang Tua / Wali Murid

Bagi orang tua diharapkan selalu memberikan dukungan dan dorongan agar kebutuhan gizi anaknya baik, dengan demikian juga mendukung prestasi penjas siswa, khususnya mendukung tingkat kesegaran jasmani siswa.

3. Bagi Peneliti

Bagi peneliti yang akan datang hendaknya mengadakan penelitian lanjut tentang status gizi siswa dengan meningkatkan kuantitas dan kualitasnya. Secara kuantitas yaitu dengan menambah jumlah subyek penelitian, dan secara kualitas dengan membandingkan status gizi siswa dari sekolah satu dengan sekolah yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Addawiah, R., (2020) Gambaran Kejadian Stunting Dan Wasting Pada Bayi Dan Balita Di Tenayan Raya Pekan Baru. *Journal Of Nutrition College*, Volume 9, pp. 228-234.
- Afiani, R., (2020) Pentingnya Memahami Karakteristik Siswa Sekolah Dasar di SDN Cikokol 2. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Volume 2, pp. 7-17.
- Amanatuz, F. G., (2021) Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Volume 11, pp. 423-429.
- Fayasari, A., (2020) Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Sikap dan Perilaku Sarapan Serta Konsumsi Sayur Buah. *Jurnal AcTion: Aceh Noutrition Journal*, Volume 5, pp. 55-61.
- Fayasari, A., (2020) Hubungan Aktivitas Sedentari Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa Universitas Nasional. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi*, Volume 1, pp. 1-10.
- Gianfranco, (2021) Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Giomedik*, Volume 13, pp. 266-273.
- Hamzah, (2020) Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak SD. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, pp. 70-76.
- Hamzah, (2020) Pengaruh Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* , Volume 9, pp. 729-797.
- Hapsari, D. A., (2021) Pemberian Makanan Tambahan Fitbar Bingu Terhadap Status Gizi Balita Wasting Di Puskesmas Sako Tahun 2021. *Jurnal Gizi dan Kesehatan* , Volume 1, pp. 87-93.
- Hayati, F., (2021) Karakteristik Perkembangan Siswa Sekolah Dasar: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Volume 5, pp. 1809-1815.
- INDONESIA, M. K. R., 2020. Standar Antropometri Anak Tahun 2020.
- Indrawati, (2022) Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume 6, pp. 3024-3033.
- Indonesia, M. K. R., (2020) Standar Antropometri Anak. pp. 65-73.

- Kumala, M., (2020) Pemeriksaan Status Gizi Sebagai Upaya Preventif Penyakit pada Anak SD. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, Volume 3, pp. 10-18.
- Kusnandar, (2020) Status Gizi Berdasarkan Indeks IMT/U Dan TB/U Pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar Di Perkotaan Dan Perdesaan. *Jurnal Kesmas Indonesia* , Volume 8, pp. 81-91.
- Khofifah, H., (2021) Edukasi Gizi Seimbang Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan pada Remaja di Desa Bedingin Wetan Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Global* , Volume 4, pp. 66-74.
- Lutfiasari, D., (2020) Efektifitas Pemberian Modisco terhadap Berat Badan Balita Gizi Kurang dan Gizi Buruk. *Jurnal Bidan Pintar* , Volume 1.
- Leo, R. (2022) Penentuan Kadar Vitamin pada Minuman Bervitamin yang Disimpan Pada Berbagai Waktu . *Journal Of Health and Medical Science* , 105-115.
- Ladiba, A., (2021) Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Asupan Sayur Buah Pada Siswa Sekolah Dasar Dengan Status Gizi Lebih. *Darussalam Nutrition Journal*, Volume 5, pp. 110120.
- Ma'arif, I., (2020) Status Gizi saat Pandemi Covid-19 pada Siswa SDN SeKapanewon Gudo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, Volume 1, pp. 45-52.
- Nevi Septianti, R. A., (2020) Pentingnya Memahami Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Di SDN Cikokol 2. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* , Volume 2, pp. 7-17.
- Pratiwi, M., (2013) Asupan Protekin Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College* , Volume 11, pp. 6-17.
- Purwaningsih, S., (2022) Edukasi Gizi Anak Di Wilayah Kerja Puskesmas Sangorara Kota Palu. *Jurnal Pengabdian Nasional Indonesia*, Volume 3, pp. 21-26.
- Septiawati, D. (2021). Tingkat Konsumsi Energi dan Protein dengan Status Gizi Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* , 598-604.
- S, G. F., (2021) Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Syaraf Anak. *Jurnal Biomedik*, Volume 13, pp. 266-273.
- Sugiyono, (2018) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. *Jurnal Ilmiah*, Volume Volume 3, pp. 30-48.

Sulistiani, C. H. (2020) Gambaran Status Gizi Anak Berdasarkan Pola Makan Dan Pola Asuh Di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur. *Jurnal Medika Udayana*, 12-17.

S, H. F. A., (2020) Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Putra. *Jurnal Status Gizi*, pp. 1191-1196.

Septiawan, B., (2019) Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Volume 10, pp. 2654-4563 dan 2354-6093 .

Yulianti, M., (2022) Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penerapan Gizi Seimbang Pada Balita Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, Volume 4, pp. 1-10.

Zulvira, R., (2021) Karakteristik Siswa Kelas Rendah Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Volume 5, pp. 1846-1851.


2021, K. K. R., (2021) *Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas*. Jakarta: Kemenkes RI.

Veni, A. d., (2021) Konsumsi Energi Protein Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa SD. *Jurnal Gizi UNESA*, Volume 01, pp. 45-52.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Dari Fakultas ke Sekolah

SURAT IZIN PENELITIAN <https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id


Nomor : 775/UN34.16/PT.01.04/2022 17 Mei 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SDN 1 Sorobayan
Bongos, Gadingsari, Sanden, Bantul

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Bachtiar Mukti Hidayat
NIM : 18604221080
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelas 4 dan 5 SD negeri 1 Sorobayan
Waktu Penelitian : 23 Mei - 11 Juni 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

 Wakil Dekan Bidang Akademik,
Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

1 of 1 5/17/2022, 11:05 AM

Lampiran 2 Keterangan Pengujian Alat Pengukur Tinggi Badan



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS KOPERASI UKM PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
UPTD METROLOGI

Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 70 Bantul
 Kode Pos 55714 Telp. 0274 - 2811300

SERTIFIKAT PENERAAN
VERIFICATION CERTIFICATE
 Nomor: 344/ UP - 52/ VI / 2022

No. Order : 00190
 Diterima tgl. : 31 Mei 2022

ALAT
Equipment

Nama : Ukuran Panjang
 Kapasitas : 200 cm
 Daya Baca : 1 mm

Tipe/Model : Roll Meter
 Nomor Seri : -
 Merek/Buatan : One Med

PEMILIK
Owner

Nama : Bachtiar Mukti Hidayat
 Alamat : Kranggan, Murtigading, Sanden, Bantul

METODE, STANDAR, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode : SPK No. 131 / SPK / KEP / 10 / 2015
 Standar : Komparator 1 m
 Telusuran : BSML Regional II

TANGGAL TERA ULANG

31 Mei 2022

LOKASI DITERA / TERA ULANG

UPTD Metrologi Bantul

KONDISI LINGKUNGAN TERA/TERA ULANG

Suhu : $30^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$; Kelembaban : $55\% \pm 2\%$

HASIL TERA / TERA ULANG

DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2022

Catatan :

1. Cap Tanda Tera Pada Lemping : -
2. Pembubuhan tanda baru : 22
3. Apabila tanda tera rusak dan/ atau kawat segelnya putus, UTPP tersebut harus ditera ulang
4. UTPP tersebut agar ditera ulang paling lambat 31 Mei 2023




Bantul, 31 Mei 2022
 Kepala UPTD

Iwan Rasia Hertanto, S.T., M.Sc.
 DINAS NIP. 19811216 201001 1 010

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPTD METROLOGI KABUPATEN BANTUL

Lampiran 3 Keterangan Pengujian Alat Pengukur Berat Badan



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS KOPERASI UKM PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
UPTD METROLOGI
 Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 70 Bantul
 Kode Pos 55714 Telp. 0274 - 2811300

SERTIFIKAT PENERAAN
 VERIFICATION CERTIFICATE
 Nomor: 343/ TC - 9/ VI / 2022

No. Order	: 00190
Diterima tgl.	: 31 Mei 2022

ALAT
Equipment

Nama : Timbangan Badan
Name
 Kapasitas : 150 kg
Capacity
 Daya Baca : 100 g
Readability

PEMILIK
Owner

Nama : Bachtiar Mukti Hidayat
Name
 Alamat : Kranggan, Murtigading, Sanden, Bantul
Address

METODE, STANDAR, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode : SPK No. 131 / SPK / KEP / 10 / 2015
Method
 Standar : Anak Timbangan Kelas M₂
Standard
 Telusuran : BSML Regional II
Traceability

TANGGAL TERA ULANG
Date of Verification
 : 31 Mei 2022


LOKASI DITERA / TERA ULANG
Location of Verification
 : UPTD Metrologi Bantul

KONDISI LINGKUNGAN TERA/TERA ULANG
Environment condition of Verification
 : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 2%

HASIL TERA / TERA ULANG
Result of verification
 : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2022

Catatan :
 1. Cap Tanda Tera Pada Lemping : -
 2. Pembubuhan tanda baru : 22
 3. Apabila tanda tera rusak dan/ atau kawat segelnya putus, UTPP tersebut harus ditera ulang
 4. UTPP tersebut agar ditera ulang paling lambat
 31 Mei 2023

Tipe/Model : EB 1653
Type/Model
 Nomor Seri : -
Serial number
 Merek/Buatan : Gea
Brand / Made in



Bantul, 31 Mei 2022
 Kepala UPTD
 Iwan Rasia Hertanto, S.T., M.Sc.
 DINAS : 19811216 201001 1 010

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPTD METROLOGI KABUPATEN BANTUL

Lampiran 4 Petunjuk Pelaksanaan Tes Pengukuran

Sumber : PMK No.2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak

PETUNJUK PELAKSANAAN TES PENGUKURAN STATUS GIZI SEKOLAH DASAR KELAS IV DAN V SDN SOROBAYAN TAHUN AJARAN 2021/2022

1. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur status gizi siswa

2. Alat dan Fasilitas

- a. Stadiometer (alat untuk mengukur tinggi badan dengan satuan cm)
- b. Timbangan (alat untuk mengukur berat badan dengan satuan kg)
- c. Alat tulis (untuk mencatat hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan)

3. Petugas Tes

- a. Pengukur tinggi badan dan berat badan
- b. Pencatat hasil pengukuran

4. Pelaksanaan

- a. Cara pengukuran tinggi badan
 1. Memasang stadiometer dengan ketinggian 200cm di dinding lalu tarik kebawah sampai lantai yang datar dan pastikan angka pada stadiometer.
 2. Siswa di duruh melepas sepatu dan berdiri tegak , sejajar dengan dinding, pandangan ke depan , kemudian tarik stadiometer sampai menyentuh ujung kepala siswa dan hasilnya di catat
- b. Cara mengukur berat badan
 1. Memasang timbangan pada lantai yang datar
 2. Siswa disuruh melepas sepatu kemudian berdiri tegak diatas timbangan dan hasilnya di catat

Lampiran 5 Data Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Kelas IV
dan V SD N Sorobayan

**DATA TINGGI BADAN DAN BERAT BADAN SISWA KELAS IV
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

No	Nama Siswa	Tgl Lahir	Berat Badan	Tinggi Badan	Status Gizi
1	ADR	2011-05-07	51,2	145	23,35
2	APV	2011-06-28	33,3	148	15,2
3	AD	2012-04-29	31,2	133	17,63
4	AR	2011-07-25	32,1	134	17,87
5	AIR	2011-08-01	31,2	136	16,86
6	BHZ	2011-11-22	25,0	133	14,13
7	BR	2011-08-27	28,3	138	14,86
8	DSW	2011-05-06	29,7	136	16,05
9	DNP	2011-12-03	32,1	134	17,87
10	FIP	2011-03-28	21,8	129	13,1
11	FSR	2011-08-10	27,4	142	13,58
12	GAH	2011-06-05	33,9	133	19,16
13	GFP	2011-10-21	30,0	140	15,3
14	HAR	2011-08-14	24,4	129	14,66
15	INZ	2011-07-24	36,4	140	18,57
16	MH	2012-01-05	30,8	137	16,41
17	MNI	2012-03-19	30,8	137,5	16,29
18	NKN	2011-06-21	25,2	135	13,82
19	RRNH	2011-11-02	38,8	145	18,45
20	RPN	2012-01-11	25,2	133	14,3
21	UFA	2011-05-18	23,3	123	15,4
22	VPA	2011-07-02	32,2	143,5	15,74
23	WBWT	2011-09-06	41,9	142	20,77
24	YFH	2011-05-08	32,2	136	17,4

DATA TINGGI BADAN DAN BERAT BADAN SISWA KELAS V
TAHUN AJARAN 2021/2022

No	Nama Siswa	Tgl Lahir	Berat Badan	Tinggi Badan	Status Gizi
1	AIAH	2010-09-29	36,8	141,5	18,51
2	AVF	2010-09-24	60,1	160	23,47
3	AKA	2010-06-09	33,0	145	15,69
4	AFFP	2010-10-14	47,3	150,5	20,88
5	ANK	2010-11-20	31,1	140	15,86
6	DNA	2010-10-20	47,0	150	20,88
7	DKS	2010-11-24	35,1	148,5	15,91
8	FA	2010-09-13	27,3	139	14,12
9	JAH	2011-04-19	37,4	134	20,82
10	LAS	2010-07-24	58,8	156	24,16
11	MNK	2011-06-26	59,5	154	25,08
12	MDA	2011-04-30	35,1	148,5	16,02
13	NNM	2010-10-27	37,8	146	17,73
14	RNR	2010-08-27	42,2	142	20,92
15	SAT	2011-01-07	52,1	142,5	25,83
16	TH	2011-03-03	43,1	150	19,15
17	VAP	2010-03-27	32,0	146	15,01
18	YAN	2010-09-28	52,7	141,5	26,5
19	YTA	2010-06-26	50,4	145	23,97
20	ZAİK	2010-09-23	47,8	147,5	22,12

Lampiran 6 Indeks berat badan menurut tinggi badan anak umur
6-17 tahun

**Indeks Berat Badan Menurut Tinggi
(BB/TB) anak umur (6 – 17 Tahun)**

Tinggi Badan (cm)	Berat Badan					
	Laki-laki			Perempuan		
	100% (Standar)	90%	80%	100% (Standar)	90%	80%
100	13.4	12.1	10.7	13.0	11.7	10.4
101	13.8	12.4	11.0	13.4	12.0	10.7
102	14.2	12.8	11.3	13.7	12.3	10.9
103	14.5	13.0	11.5	14.0	12.6	11.2
104	14.7	13.2	11.7	14.3	12.8	11.4
105	15.0	13.5	12.0	14.7	13.2	11.7
106	15.3	14.1	12.2	15.0	13.5	12.0
107	15.6	14.4	12.5	15.4	14.0	12.3
108	16.0	14.7	12.8	15.8	14.1	12.5
109	16.4	15.0	13.1	16.3	14.4	12.8
110	16.8	15.4	13.4	16.7	14.7	13.0
111	17.2	15.8	13.8	17.1	15.2	13.5
112	17.6	16.3	14.1	17.5	15.7	14.0
113	18.1	17.7	14.5	17.9	16.1	14.3
114	18.5	16.9	14.8	18.3	16.4	14.6
115	18.8	17.3	15.1	18.8	16.8	15.0
116	19.2	17.6	15.4	19.2	17.2	15.4
117	19.6	18.0	15.7	19.8	17.8	15.8
118	20.0	18.4	16.0	20.3	18.3	16.2
119	20.4	18.4	16.3	20.7	18.5	16.5
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	19.0	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	20.3
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

Tinggi Badan (cm)	Berat Badan					
	Laki-laki			Perempuan		
	100% (Standar)	90%	80%	100% (Standar)	90%	80%
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	24.5
138	30.2	27.2	24.1	30.6	27.5	25.1
139	30.9	27.3	24.7	31.3	28.2	25.6
140	31.5	28.4	25.3	32.0	28.8	26.2
141	32.1	29.0	25.7	32.7	29.5	26.7
142	32.7	29.5	26.1	33.4	30.1	27.4
143	33.3	30.0	26.6	34.2	30.8	28.0
144	34.0	30.2	35.0	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	33.0
148	36.7	33.0	29.3	38.2	34.2	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
156	43.1	38.8	34.5	45.8	41.8	36.6
157	43.8	39.9	35.4	46.9	42.4	37.5
158	45.5	40.8	36.3	48.0	43.2	38.4
159	46.2	41.5	36.9	49.1	44.2	39.3
160	47.0	42.4	38.5	50.0	45.0	40.0
161	47.7	42.8	38.0	-	-	-
162	48.4	43.4	38.5	-	-	-
163	49.2	44.2	39.3	-	-	-
164	50.0	45.0	40.0	-	-	-
165	50.8	45.7	40.6	-	-	-
166	51.5	46.3	41.2	-	-	-

Lampiran 7 Data Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SDN 1

Sorobayan

DATA STATUS GIZI SISWA KELAS IV

TAHUN PELAJARAN 2021/2022

No	Nama Siswa	Tgl Lahir	Jenis kelamin	Berat Badan	Tinggi Badan	Status Gizi	Kategori
1	ADR	2011-05-07	L	51,2	145	23,35	Lebih
2	APV	2011-06-28	P	33,3	148	15,2	Kurang
3	ADE	2012-04-29	P	31,2	133	17,63	Kurang
4	AR	2011-07-25	P	32,1	134	17,87	Kurang
5	AIR	2011-08-01	P	31,2	136	16,86	Kurang
6	BHZ	2011-11-22	L	25,0	133	14,13	Kurang
7	BR	2011-08-27	L	28,3	138	14,86	Kurang
8	DSW	2011-05-06	L	29,7	136	16,05	Kurang
9	DNP	2011-12-03	P	32,1	134	17,87	Kurang
10	FIP	2011-03-28	L	21,8	129	13,1	Kurang
11	FSR	2011-08-10	L	27,4	142	13,58	Kurang
12	GAH	2011-06-05	L	33,9	133	19,16	Normal
13	GFP	2011-10-21	L	30,0	140	15,3	Kurang
14	HAR	2011-08-14	P	24,4	129	14,66	Kurang
15	INZ	2011-07-24	L	36,4	140	18,57	Normal
16	MH	2012-01-05	P	30,8	137	16,41	Kurang
17	MNI	2012-03-19	P	30,8	137,5	16,29	Kurang
18	NKN	2011-06-21	L	25,2	135	13,82	Kurang
19	RRN H	2011-11-02	L	38,8	145	18,45	Normal
20	RPN	2012-01-11	L	25,2	133	14,3	Kurang
21	UFA	2011-05-18	P	23,3	123	15,4	Kurang
22	VPA	2011-07-02	L	32,2	143,5	15,74	Kurang
23	WBW T	2011-09-06	L	41,9	142	20,77	Normal
24	YFH	2011-05-08	P	32,2	136	17,4	Kurang

DATA STATUS GIZI SISWA KELAS V TAHUN AJARAN 2021/2022

No	Nama Siswa	Tgl Lahir	Jenis Kelamin	Berat Badan	Tinggi Badan	Status Gizi	Kategori
1	AIA	2010-09-29	P	36,8	141	18,51	Normal
2	AVF	2010-09-24	P	60,1	160	23,47	Lebih
3	AKA	2010-06-09	P	33,0	145	15,69	Kurang
4	AFFP	2010-10-14	L	47,3	150	20,88	Normal
5	ANK	2010-11-20	P	31,1	140	15,86	Kurang
6	DNA	2010-10-20	L	47,0	150	20,88	Normal
7	DKS	2010-11-24	P	35,1	148	15,91	Kurang
8	FA	2010-09-13	L	27,3	139	14,12	Kurang
9	JAH	2011-04-19	L	37,4	134	20,82	Normal
10	LAS	2010-07-24	L	58,8	156	24,16	Lebih
11	MNK	2011-06-26	P	59,5	154	25,08	Obes 1
12	MDA	2011-04-30	L	35,1	148	16,02	Kurang
13	NNM	2010-10-27	P	37,8	146	17,73	Kurang
14	RNR	2010-08-27	L	42,2	142	20,92	Normal
15	SAT	2011-01-07	P	52,1	142	25,83	Obes 1
16	TH	2011-03-03	P	43,1	150	19,15	Normal
17	VAP	2010-03-27	L	32,0	146	15,01	Kurang
18	YAN	2010-09-28	L	52,7	141	26,5	Obes 1
19	YTA	2010-06-26	L	50,4	145	23,97	Lebih
20	ZAİK	2010-09-23	L	47,8	147	22,12	Normal

Lampiran 8 Foto Alat Pengukur Tinggi Badan dan Berat Badan

a. Stadiometer



b. Timbangan



Lampiran 9 Dokumentasi Pengambilan Data
Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan



Foto Bersama Ibu Kepala SDN Sorobayan



Lampiran 10 Surat Keterangan Penelitian Dari SD N Sorobayan



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA
DINAS PENDIDIKAN
SD N SOROBAYAN

โรงเรียนสุรนารีวิทยา

Alamat: Bongos, Gadingsari, Sanden, Bantul, Yogyakarta. 55763. Email: sdsorobayan@gmail.com



SURAT KETERANGAN
TELAH MELAKUKAN UJI INSTRUMEN
No : 422 /028 /SDSrb /VIII /2022

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mynaryathy, S.Pd.
NIP : 197401161997102001
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SD N Sorobayan

Menerangkan bahwa :

Nama : Bachtiar Mukti Hidayat
NIM : 18604221080
Prodi : PGSD Penjas – S 1
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan uji instrumen data untuk Tugas Akhir Skripsi dengan judul
"STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR KELAS IV DAN V SD N SOROBAYAN"

Tempat : SD N Sorobayan
Tanggal : 15 s.d. 17 Juni 2022

Demikian surat pernyataan telah melakukan penelitian ini dibuat, untuk
dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bongos, 1 Agustus 2022
Kepala sekolah,



Mynaryathy, S.Pd.
NIP 197401161997102001