

# Pengabdian Masyarakat Mengenai Penapisan Status Gizi Siswa Sekolah: di SD Inpres 126 Parappunganta I Kecamatan Polut Kabupaten Takalar

Sartika\*<sup>1</sup>, Kamawati<sup>2</sup>, Fanny Dewi Sartika<sup>3</sup>, Muhamad Isnaini<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Syekh Yusuf Al Makassar Gowa

\*e-mail: [ayutika9@gmail.com](mailto:ayutika9@gmail.com)<sup>1</sup>, [kasmawati.lon@gmail.com](mailto:kasmawati.lon@gmail.com)<sup>2</sup>, [dewisartikafanny@gmail.com](mailto:dewisartikafanny@gmail.com)<sup>3</sup>, [azkaisnaini07@gmail.com](mailto:azkaisnaini07@gmail.com)<sup>4</sup>

## Abstrak

Dampak status gizi terhadap fungsi kognitif, prestasi akademik dan kinerja, serta produktivitas secara keseluruhan sangatlah besar. Status gizi yang baik melindungi masyarakat dari efek buruk malnutrisi, sehingga tidak hanya meningkatkan kesejahteraan individu tetapi juga menjaga kesejahteraan nasional secara kolektif. Metode Plan-Do-Check-Action (PDCA) diterapkan dalam layanan ini. Proses skrining mencakup pengumpulan data antropometri, termasuk berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh. Pelaksanaan cepat dari program berbasis masyarakat yang mampu mendeteksi gangguan gizi pada tahap awal dapat secara efektif mengurangi dampak buruk malnutrisi terhadap kesehatan anak-anak. Penting untuk mengintegrasikan pendekatan komprehensif yang menangani faktor-faktor penentu seperti kondisi sosial ekonomi dan mendorong praktik makan sehat agar dapat secara efektif memerangi malnutrisi serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

**Kata kunci:** Skrining; Status gizi; Antropometri.

## Abstract

The impact of nutritional status on cognitive function, academic achievement and performance, and overall productivity is profound. Good nutritional status protects communities from the adverse effects of malnutrition, thus improving not only individual well-being but also collective national well-being. The Plan-Do-Check-Act (PDCA) method is applied in this service. The screening process includes the collection of anthropometric data, including weight, height, and body mass index. Rapid implementation of community-based programs capable of detecting nutritional disorders at an early stage can effectively reduce the adverse impact of malnutrition on children's health. Integrating a comprehensive approach that addresses determinants such as socioeconomic conditions and promotes healthy eating practices is crucial to effectively combat malnutrition and support optimal growth and development.

**Keywords:** Screening; Nutritional status; Anthropometry.

## 1. PENDAHULUAN

Status gizi seseorang dapat didefinisikan sebagai kondisi yang menggambarkan keseimbangan antara asupan zat gizi yang diterima tubuh dengan kebutuhan fisiologis yang diperlukan untuk mempertahankan fungsi organ, memperbaiki jaringan tubuh, serta menyediakan energi bagi aktivitas sehari-hari. (Fernández-Lázaro & Seco-Calvo, 2023) Status gizi tidak hanya mencerminkan jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi, tetapi juga kemampuan tubuh dalam mencerna, menyerap, dan memanfaatkan zat gizi tersebut secara optimal. Ketidakseimbangan antara asupan dan kebutuhan akan mengarah pada dua kondisi ekstrem, yaitu malnutrisi (kekurangan gizi) dan gizi lebih, yang keduanya memiliki dampak serius terhadap kesehatan, produktivitas, dan kualitas hidup seseorang.

Kecukupan asupan zat gizi yang baik sangat penting untuk mendukung fungsi fisiologis dan psikologis manusia. Zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral memiliki peran yang berbeda namun saling melengkapi dalam menjaga fungsi otak, sistem imun, metabolisme energi, serta kesehatan mental dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa asupan gizi yang optimal berperan langsung dalam perkembangan kognitif, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, daya ingat, dan fokus, yang pada gilirannya berpengaruh terhadap prestasi akademik dan kinerja individu di berbagai bidang kehidupan. (Eniyew, 2018; Prangthip

et al., 2021) Dengan kata lain, nutrisi yang cukup bukan sekadar memenuhi kebutuhan biologis, tetapi juga menjadi faktor penentu bagi pembangunan kualitas sumber daya manusia yang unggul, produktif, dan kompetitif.

Pemenuhan gizi yang memadai tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, melainkan juga memiliki implikasi sosial dan ekonomi yang luas. Masyarakat dengan status gizi baik cenderung memiliki tingkat produktivitas yang lebih tinggi, kemampuan belajar yang lebih baik, dan ketahanan tubuh yang kuat terhadap penyakit. Sebaliknya, masyarakat yang menghadapi masalah gizi seperti kekurangan energi kronis, anemia, atau stunting akan mengalami penurunan kapasitas belajar, keterlambatan perkembangan kognitif, dan produktivitas rendah yang pada akhirnya dapat menurunkan daya saing bangsa. Dengan demikian, pemenuhan gizi yang seimbang dapat dianggap sebagai investasi jangka panjang untuk pembangunan nasional yang berkelanjutan, karena kualitas gizi berhubungan langsung dengan kualitas sumber daya manusia.

Prevalensi status gizi yang beragam antar wilayah menunjukkan bahwa masalah gizi merupakan isu multidimensi yang dipengaruhi oleh banyak faktor. Variasi tersebut tidak hanya mencerminkan perbedaan akses terhadap pangan, tetapi juga berkaitan dengan perilaku konsumsi, tingkat pendidikan, budaya makan, serta kondisi sosial ekonomi dan kesehatan masyarakat. (Agustian et al., 2021; Hendsun et al., 2021; Thomas & Sridevi, 2023) Misalnya, penelitian di Kerala, India, melaporkan bahwa 38% anak prasekolah mengalami stunting, terutama di kalangan masyarakat suku, sementara 19% lainnya mengalami kekurangan berat badan. (Thomas & Sridevi, 2023) Data tersebut memperlihatkan adanya kesenjangan sosial yang signifikan dalam status gizi antar kelompok masyarakat, yang pada dasarnya mencerminkan ketimpangan dalam distribusi sumber daya dan layanan kesehatan.

Faktor-faktor yang menentukan status gizi bersifat kompleks dan saling berhubungan. Faktor pendidikan orang tua, misalnya, sangat berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik pemberian makan anak. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya pola makan seimbang dan kebersihan lingkungan. Selain itu, faktor pengasuhan, ketersediaan pangan bergizi, kualitas layanan kesehatan, serta kondisi sanitasi dan air bersih turut berperan dalam menentukan status gizi seseorang. (Dai et al., 2022) Aspek sosial ekonomi juga tidak dapat diabaikan, karena pendapatan keluarga akan mempengaruhi kemampuan dalam memperoleh makanan berkualitas, akses terhadap fasilitas kesehatan, dan pendidikan gizi. Oleh karena itu, pendekatan untuk mengatasi malnutrisi tidak dapat dilakukan secara sektoral, melainkan harus bersifat multi-sektoral dan komprehensif, melibatkan sinergi antara sektor kesehatan, pendidikan, sosial, dan ekonomi.

Dalam konteks penilaian status gizi, pengukuran antropometri merupakan metode yang paling umum digunakan karena sifatnya yang sederhana, murah, objektif, dan non-invasif. Pengukuran ini mencakup penilaian berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, dan perhitungan indeks massa tubuh (IMT), yang dapat memberikan gambaran kuantitatif mengenai pola pertumbuhan dan kecukupan gizi seseorang. (Casadei & Kiel, 2024) Antropometri menjadi alat penting dalam kegiatan penapisan (screening) kesehatan masyarakat karena dapat mendeteksi dini adanya gangguan gizi seperti stunting, wasting, atau obesitas. Hasil pengukuran ini memungkinkan intervensi gizi dilakukan sedini mungkin, baik melalui perbaikan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, maupun edukasi gizi keluarga.

Pelaksanaan pengukuran antropometri secara rutin di lingkungan sekolah dan posyandu merupakan strategi preventif yang efektif dalam memantau status gizi anak-anak. Dengan pemantauan yang berkelanjutan, pemerintah dan tenaga kesehatan dapat mengidentifikasi tren perubahan status gizi dari waktu ke waktu, serta menilai keberhasilan program intervensi gizi yang telah dijalankan. Pendekatan ini juga berfungsi untuk memperkuat kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan gaya hidup sehat. Dengan demikian, pengukuran

antropometri bukan sekadar aktivitas teknis, melainkan bagian integral dari upaya membangun generasi sehat, cerdas, dan produktif.

Upaya peningkatan status gizi harus ditempatkan sebagai bagian dari strategi besar pembangunan manusia. Gizi yang baik adalah fondasi dari kecerdasan bangsa, produktivitas ekonomi, dan ketahanan sosial suatu negara. Investasi pada bidang gizi melalui pendidikan, intervensi kesehatan masyarakat, dan kebijakan pangan merupakan langkah strategis untuk menciptakan masyarakat yang sehat dan berdaya saing tinggi. Dengan mengintegrasikan pendekatan ilmiah, sosial, dan kebijakan publik, maka upaya memerangi malnutrisi dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan, demi mewujudkan pembangunan manusia yang utuh dan berkualitas.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang menggunakan pendekatan Plan-Do-Check-Action (PDCA) sebagai metode kerja yang sistematis dan berorientasi pada perbaikan berkelanjutan. Pada tahap perencanaan (Plan), tim menetapkan tujuan utama kegiatan yaitu melakukan skrining status gizi pada anak-anak sebagai langkah deteksi dini terhadap kemungkinan gangguan gizi. Selain itu, dilakukan penentuan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan, pengidentifikasian sumber daya yang dibutuhkan seperti alat ukur antropometri dan kurva pertumbuhan CDC, serta pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari dosen dan mahasiswa dengan pembagian tugas yang terstruktur.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan (Do), yang mencakup kegiatan pemeriksaan fisik berupa penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan menggunakan rumus berat badan dibagi kuadrat tinggi badan ( $\text{kg/m}^2$ ), serta pemetaan hasil pengukuran ke dalam kurva pertumbuhan CDC untuk menilai status gizi setiap anak. Selanjutnya, pada tahap pemeriksaan (Check), dilakukan analisis dan identifikasi hasil pemeriksaan untuk menentukan kategori status gizi berdasarkan indikator IMT/Usia, BB/TB, BB/Usia, dan TB/Usia. Hasil tersebut digunakan untuk menilai sejauh mana kondisi gizi anak-anak sesuai dengan standar pertumbuhan. Tahap terakhir adalah tindakan (Act), yaitu memberikan tindak lanjut berupa konseling gizi kepada anak-anak atau orang tua yang memiliki permasalahan gizi, serta memberikan rekomendasi pemeriksaan lanjutan bagi yang memerlukan penanganan medis. Dengan penerapan metode PDCA ini, kegiatan pengabdian tidak hanya berfokus pada pemeriksaan status gizi, tetapi juga pada upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat dan pencegahan malnutrisi sejak dini.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Status gizi seseorang pada dasarnya merupakan cerminan dari keseimbangan antara asupan zat gizi yang diterima tubuh dan kebutuhan gizi yang diperlukan, serta kemampuan tubuh dalam memanfaatkan zat-zat gizi tersebut untuk mempertahankan cadangan energi dan menggantikan kehilangan zat gizi akibat proses metabolisme. (Fernández-Lázaro & Seco-Calvo, 2023) Status gizi yang baik menjadi fondasi penting bagi kesehatan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan kognitif. Pemberian nutrisi yang seimbang akan memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kecerdasan, prestasi akademik, serta produktivitas kerja seseorang. Dengan demikian, pemenuhan gizi bukan hanya persoalan individu, tetapi juga merupakan investasi strategis bagi suatu bangsa dalam menjaga kualitas sumber daya manusia dan melindungi masyarakat dari dampak buruk yang ditimbulkan oleh kekurangan gizi.

Pertumbuhan dan perkembangan optimal, termasuk perkembangan otak dan kecerdasan seseorang, sangat bergantung pada ketersediaan dan konsumsi makanan bergizi. Nutrisi yang memadai sejak masa kanak-kanak menentukan bagaimana anak tumbuh, belajar, dan berkontribusi di masa depan. Sebaliknya, status gizi yang buruk terutama pada usia dini dapat menjadi salah satu faktor risiko utama kegagalan pertumbuhan (growth failure), yang tidak hanya memengaruhi tinggi dan berat badan anak, tetapi juga berdampak jangka panjang

terhadap kemampuan berpikir, daya tahan tubuh, dan kualitas hidup. (Eniyew, 2018; Prangthip et al., 2021)

Status gizi anak tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait. Faktor pendidikan orang tua memiliki peran penting dalam menentukan pemahaman mereka terhadap pola makan sehat dan kebiasaan pemberian makanan pada anak. Selain itu, pola asuh, ketersediaan pangan bergizi, akses terhadap layanan kesehatan yang memadai, kondisi sanitasi lingkungan, serta tingkat sosial ekonomi keluarga juga turut memengaruhi kondisi gizi anak. (Dai et al., 2022; Rahmawati & Marfuah, 2016; Yuliantini et al., 2023) Anak yang tumbuh dalam lingkungan dengan keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, kurangnya pengetahuan gizi, dan sanitasi buruk berisiko lebih tinggi mengalami kekurangan gizi maupun gizi lebih.

Masalah gizi pada anak usia sekolah, khususnya malnutrisi, masih menjadi krisis utama yang berdampak pada kinerja akademik dan kesehatan remaja. Pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi tinggi gula, lemak, dan makanan olahan, disertai rendahnya konsumsi buah dan sayur, menjadi penyebab utama munculnya malnutrisi baik dalam bentuk kekurangan maupun kelebihan gizi. Malnutrisi yang terjadi pada masa anak sekolah dapat menimbulkan dampak jangka panjang yang serius, antara lain peningkatan risiko penyakit metabolik dan kardiovaskular seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung koroner. Selain itu, kekurangan gizi dapat menyebabkan penurunan kemampuan belajar, gangguan konsentrasi, penurunan kecerdasan di masa dewasa, dan berkurangnya kemampuan bekerja yang pada akhirnya memengaruhi produktivitas dan kualitas hidup. (Eniyew, 2018)

Sementara itu, kelebihan berat badan dan obesitas pada anak-anak umumnya disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan energi yang masuk dan energi yang dikeluarkan. Pola konsumsi makanan tinggi kalori, tinggi lemak jenuh, dan rendah serat, ditambah kurangnya aktivitas fisik, menjadi faktor utama yang memicu peningkatan berat badan berlebih pada anak. (Firmansyah & Halim Santoso, 2020; Ravenska Theodora et al., 2023) Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi tidak hanya berkaitan dengan kekurangan asupan, tetapi juga kelebihan konsumsi yang tidak seimbang, yang keduanya sama-sama berdampak negatif terhadap kesehatan anak.

Untuk menilai kondisi gizi secara objektif, digunakan pengukuran antropometri, yaitu metode non-invasif yang dilakukan melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menilai status pertumbuhan serta kecukupan gizi seseorang. (Casadei & Kiel, 2024; Kumala et al., 2020) Pengukuran antropometri menjadi langkah penting dalam mendeteksi secara dini adanya gangguan gizi sehingga intervensi dapat dilakukan sebelum kondisi tersebut menimbulkan dampak yang lebih berat.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tindakan pencegahan terhadap masalah gizi dapat dilakukan sejak dini, khususnya pada anak-anak usia sekolah dasar. Kegiatan seperti skrining status gizi, edukasi mengenai pentingnya pola makan seimbang, serta konseling kepada anak dan orang tua dapat memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Upaya ini tidak hanya membantu mengidentifikasi anak-anak yang berisiko mengalami gangguan gizi, tetapi juga menjadi sarana pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya nutrisi yang baik sebagai kunci dalam membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan produktif di masa depan.



Gambar 1. Pembagian angket



Gambar 2. Sosialisasi gizi

#### 4. KESIMPULAN

Status gizi anak dipengaruhi oleh beragam faktor yang saling berkaitan, seperti tingkat pendidikan orang tua, ketersediaan dan kualitas pangan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam menentukan kecukupan gizi yang pada akhirnya berdampak langsung terhadap perkembangan kecerdasan, prestasi akademik, dan produktivitas anak secara keseluruhan. Masalah malnutrisi masih menjadi tantangan serius dalam kesehatan anak-anak, karena dapat memicu berbagai gangguan metabolik dan penyakit kardiovaskular, serta menghambat kemampuan belajar dan perkembangan kognitif yang berlanjut hingga masa dewasa. Di sisi lain, kelebihan berat badan dan obesitas pada anak sering kali disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang, konsumsi makanan tinggi kalori dan lemak jenuh namun rendah serat yang dapat menimbulkan risiko kesehatan jangka panjang. Dalam konteks ini, pengukuran antropometri memiliki peran penting sebagai metode objektif untuk menilai status gizi dan memantau pertumbuhan anak. Kegiatan Pengabdian Masyarakat mengenai Penapisan Status Gizi Siswa Sekolah yang dilaksanakan di SD Inpres 126 Parappunganta I Kecamatan Polut Kabupaten Takalar menjadi salah satu upaya nyata dalam melakukan deteksi dini dan intervensi terhadap permasalahan gizi anak. Melalui kegiatan ini, berbagai tantangan gizi dapat

diidentifikasi dan ditangani lebih cepat, sehingga mendukung tumbuh kembang anak secara optimal serta membentuk generasi yang lebih sehat dan produktif di masa depan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, H., Putra, A. E., Hendsun, H., Sumampouw, H. C., & Firmansyah, Y. (2021). Perubahan berat badan, indeks massa tubuh, dan status gizi antara sebelum dan saat masa pandemik COVID-19 akibat pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Medika Hutama*, 2(2), 741–749.
- Casadei, K., & Kiel, J. (2024). Anthropometric measurement. In StatPearls. StatPearls Publishing.
- Dai, D., Anasiru, M. A., Domili, I., & Hadi, N. S. (2022). Gambaran status gizi pada anak sekolah dasar. *Journal Health and Nutritions*, 8(1), 11.
- Eniyew, T. (2018). Nutritional status of primary school students and its association on academic performance in north-central Ethiopia: Cross-sectional study. *Research Square*, 1–25.
- Fernández-Lázaro, D., & Seco-Calvo, J. (2023). Nutrition, nutritional status and functionality. *Nutrients*, 15(8).
- Firmansyah, Y., & Santoso, A. H. (2020). Hubungan obesitas sentral dan indeks massa tubuh berlebih dengan kejadian hipertensi. *HEARTY*, 8(1).
- Hendsun, H., Firmansyah, Y., Putra, A. E., Agustian, H., & Sumampouw, H. C. (2021). Gambaran aktivitas fisik mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dan masa pandemik COVID-19. *Jurnal Medika Hutama*, 2(1), 726–732.
- Kumala, M., Limanan, D., & Santoso, A. H. (2020). Pemeriksaan status gizi sebagai upaya preventif penyakit degeneratif pada siswa sekolah BM Jakarta Pusat. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(1).
- Prangthip, P., Soe, Y. M., & Signar, J. F. (2021). Literature review: Nutritional factors influencing academic achievement in school-age children. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 33(2).
- Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2016). Gambaran status gizi pada anak sekolah dasar. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 14(1), 72.
- Ravenska Theodora, R., Hendsun, H., Firmansyah, Y., Tan, S. T., Ernawati, E., & Santoso, A. H. (2023). Korelasi adiksi smartphone/gadget terhadap indeks massa tubuh pada siswa sekolah menengah atas Sekolah Kalam Kudus II Jakarta. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 74–79.
- Thomas, A. S., & Sridevi, G. (2023). Prevalence and determinants of nutritional status among preschoolers in a rural area of Thiruvananthapuram district, Kerala. *Journal of Rural Development*, 296–307.
- Yuliantini, E., Sukiyono, K., Sulistyono, B., & Yuliarso, M. Z. (2023). Household characteristics and nutritional status of children in coastal families in Bengkulu Province. *Media Gizi Indonesia*, 18(1SP), 61–71.